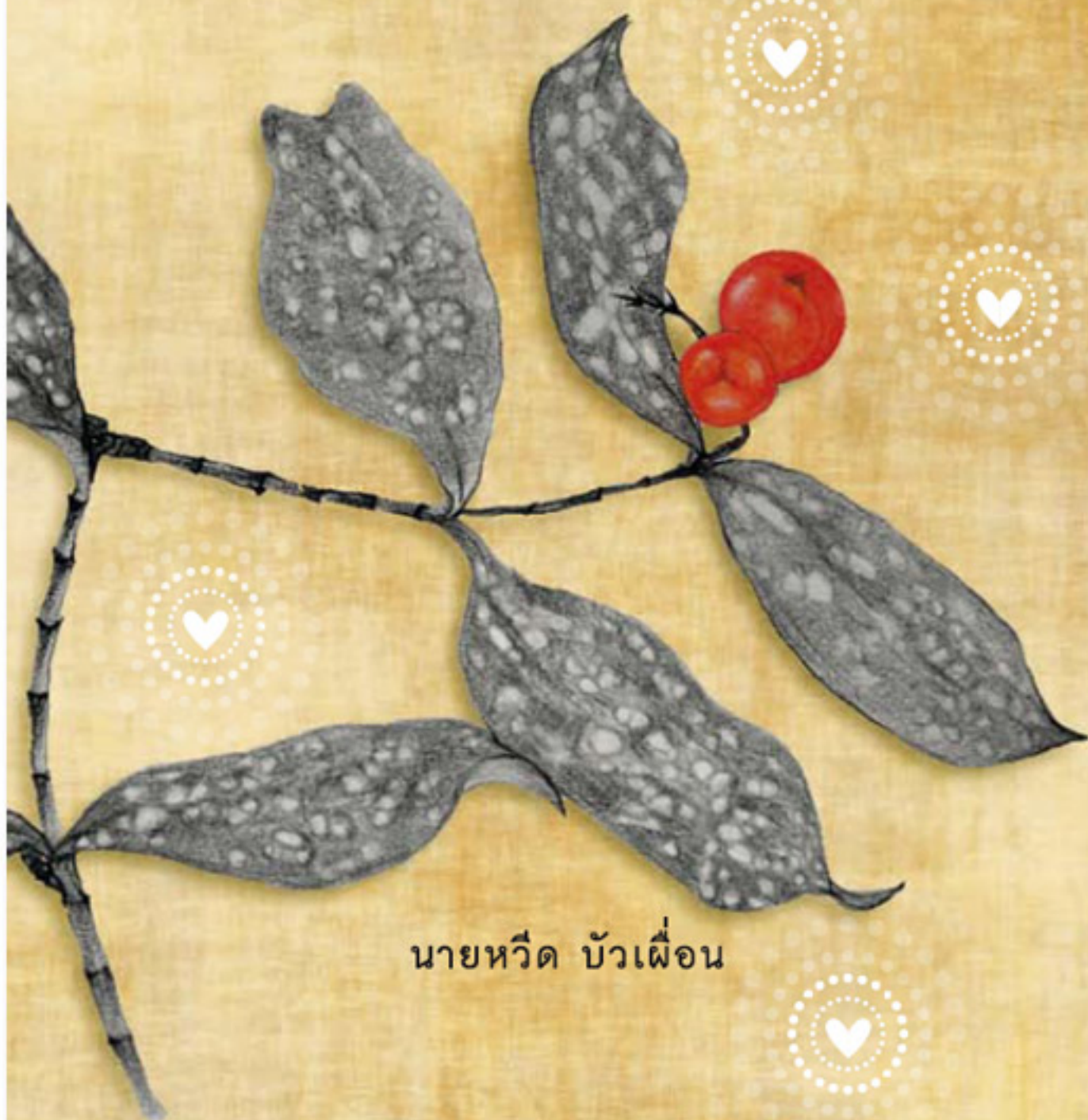


จิตที่แผ่จากทุก



นายหวัด บัวเพื่อน



จิตที่พ้นจากทุกข์

พิมพ์ครั้งที่ ๓ : มกราคม พ.ศ. ๒๕๕๔
จำนวนพิมพ์ : ๑๐,๐๐๐ เล่ม
ISBN : 978-616-90015-6-0
พิมพ์ที่ : ปาปิร์ส พับลิเคชั่น
โทรศัพท์ ๐-๒๒๘๗-๒๔๙๒

ถ้าท่านผู้ใดประสงค์จะพิมพ์แจกเป็นธรรมทาน
กรุณาติดต่อขออนุญาตพิมพ์หนังสือที่
loongweedbook@gmail.com

ขอสงวนลิขสิทธิ์สำหรับผู้ที่ต้องการพิมพ์เพื่อจำหน่าย
และไม่อนุญาตให้ทำการตัดต่อ เพิ่มเติม แก้ไขหรือเปลี่ยนแปลง
ส่วนหนึ่งส่วนใดของหนังสือ

เว็บไซต์คุณลุงหวีด บัวเพื่อน : www.loongweed.com

คำชี้แจง



เนื่องจากคณะผู้จัดทำต้นฉบับ มีดำริจัดพิมพ์หนังสือ
“จิตที่พ้นจากทุกข์” เพิ่มขึ้นหลังจากการพิมพ์ครั้งที่ ๒ ซึ่งในการจัด
พิมพ์ครั้งนี้ ผู้จัดทำได้มีการปรับปรุงแก้ไขเนื้อหาบางส่วนในหนังสือ
เพื่อให้หนังสือมีความสมบูรณ์ยิ่งขึ้น สมดังเจตนารมณ์ที่คุณลุงหวีด
บัวเพื่อน ได้สั่งเสียไว้ก่อนที่จะละสังขารไป
จึงได้เรียนชี้แจงมา ณ โอกาสนี้

หมายเหตุ : คุณลุงหวีด บัวเพื่อน ได้ละสังขารแล้วเมื่อวันที่
๒๖ กรกฎาคม ๒๕๕๓

ผู้จัดทำต้นฉบับ
ธันวาคม ๒๕๕๓

คำปรารภ



การเขียนหนังสือเล่มนี้ ผู้เขียนไม่มีเจตนาที่จะเขียนเพื่ออวดภูมิรู้หรืออวดภูมิธรรมแต่อย่างใดเลย เพราะผู้เขียนทราบดีว่า ปัจจุบันมีหนังสือธรรมะของพ่อแม่ครูอาจารย์ซึ่งได้เรียบเรียงไว้อย่างดีเยี่ยมและมีอยู่จำนวนมากพออยู่แล้ว แต่จุดมุ่งหมายที่แท้จริงนั้นก็คือ เพื่อต้องการให้ลูกหลานรุ่นหลังๆ ได้รู้และเข้าใจว่า การปฏิบัติธรรมนั้นไม่ใช่จะปฏิบัติได้เฉพาะนักบวชเท่านั้น แม้แต่ฆราวาสหญิงหรือชาย เด็กหรือผู้ใหญ่ หรือแม้แต่คนพิการทางกายก็ปฏิบัติได้เช่นเดียวกัน และมีผลไม่แตกต่างกันเลย เพราะต่างมีจิตและกิเลสเหมือนกัน จึงมีสิทธิที่จะรู้ธรรมเห็นธรรมได้เท่ากัน ส่วนเรื่องที่กล่าวกันว่า ฆราวาสเมื่อปฏิบัติจนถึงที่สุดแล้วจะต้องตายภายใน ๗ วัน ขอเรียนว่าไม่เป็นความจริงแต่อย่างใด เพราะสมมติก็คือสมมติ ไม่สามารถที่จะไปกำหนดสิ่งที่เป็นวิมุติได้ เนื่องจากเป็นคนละมิติกัน นิพพานหรือจิตนั้นอยู่นอกเหตุเหนือผล ไม่สามารถที่จะเอาเหตุผลทางสมมติมาลบทำลายธรรมอันบริสุทธิ์นี้ได้ ธรรมะของพระพุทธเจ้าไม่ใช่เพศฆาตที่จะมาประหารประหารผู้ประพาศธรรมจนถึงที่สุดแล้ว

หวังว่าหนังสือเล่มนี้คงมีประโยชน์บ้างไม่มากก็น้อยสำหรับนักปฏิบัติรุ่นหลังๆ ที่ปรารถนาจะดำเนินตามรอยขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าและอรหันตสาวกทั้งหลาย

ขออุทิศส่วนกุศลผลบุญนี้ให้กับบิดามารดา ผู้มีพระคุณและครูบาอาจารย์ทั้งหลายที่เคยมีเมตตาธรรมต่อข้าพเจ้ามา ณ ที่นี้

หวัด บัวเผื่อน
อ.จันทร์บุรี



สารบัญ



จิตที่พ้นจากทุกข์	๗
❖ ขั้นตอนการปฏิบัติธรรม	๗
❖ เริ่มต้นจากการมีสติสัมปชัญญะ	๙
❖ ดัดในความว่าง ๒ ปีเต็ม	๑๓
❖ เข้าสู่วิปัสสนากรรมฐานพิจารณากาย	๑๗
❖ พิจารณาเวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ	๒๑
❖ ชั้น ๕ ไม่ใช่เรา แล้วเราคืออะไร?	๒๕
❖ ปลอ่ยธาตุรู้	๒๗
ปัจจุบันธรรม	๓๓
บทสรุป	๑๐๑





“

จิตเป็นธรรมชาติซึ่งบริสุทธิ์ผุดผ่อง
มาแต่ไหนแต่ไร
ไม่มีอะไรในสมมติที่จะเจือปน
จิตดวงนี้ได้เลย

”





จิตที่พ้นจากทุกข์●

ขั้นตอนการปฏิบัติธรรมของข้าพเจ้า

สติเป็นสิ่งสำคัญอย่างยิ่งในการปฏิบัติกรรมฐานหรือการแสวงหาความสงบ เพราะจิตที่จะสงบได้นั้นจะต้องมีสิ่งที่ยึดเหนี่ยวไว้เป็นหลักของใจ จึงจำเป็นที่จะต้องมียึดเหนี่ยวอยู่กับคำบริกรรมอย่างใดอย่างหนึ่ง อันมีพุทฺธ ธัมโม สังฆโม หรืออานาปานสติ เป็นต้น การปฏิบัติสมณะกรรมฐานนั้นมีมากมายดังที่ทราบกันอยู่แล้ว ขึ้นอยู่กับจริตนิสัยของแต่ละคนว่า คำบริกรรมบทใดที่จะทำให้จิตใจของเรามีความสงบร่มเย็นลงได้ ก็ใช้คำบริกรรมบทนั้นๆ เป็นการทำงานของจิต โดยมีสติสัมปชัญญะเป็นผู้ดูแลรักษาให้จิตทำงานอยู่เพียงจุดเดียวเท่านั้น สติที่ระลึกอยู่กับคำบริกรรมจึงเป็นสิ่งที่จำเป็นในการปฏิบัติเป็นอย่างยิ่ง **เมื่อมีสติสัมปชัญญะเป็นผู้ควบคุมอยู่เช่นนี้ จิตใจก็จะไม่ไหลไปตามอารมณ์ที่เกิดขึ้นทางหู ตา จมูก ลิ้น กาย ใจ เมื่อจิตไม่ไหลไปตามอารมณ์เหล่านี้**





จิตก็จะนิ่งอยู่กับความสงบสุข เพลิดเพลินอยู่ในความว่าง สติจะเริ่มมีกำลังมากขึ้นเป็นลำดับ จิตใจเริ่มได้รับรู้แล้วว่า ความสุขที่แท้จริงนั้นมีอยู่แล้วภายในจิตของเราเองเป็นหลักใหญ่ โดยไม่ต้องอาศัยสิ่งอื่น นั่นหมายถึงจิตใจที่รู้จักอ้อมพอในสิ่งที่มีอยู่ ปล่อยวางในสิ่งที่ต้องการ ไม่ทะเยอทะยานในสิ่งที่เอื้อมไม่ถึง เป็นจิตที่สงบร่มเย็นเป็นปกติอยู่ตลอดเวลา เพราะมีสติสัมปชัญญะ คอยดูแลรักษาอย่างใกล้ชิด จึงเป็นสัมมาสติที่ดำรงอยู่อย่างถูกต้อง มั่นคง สามารถควบคุมจิตใจไม่ให้ยึดติดในสิ่งที่พอใจบ้าง ไม่พอใจบ้าง ดีใจบ้าง เสียใจบ้าง สุขทุกข์ไปตามอารมณ์ที่ผันผวนอยู่ตลอดเวลา โดยมีสังขารความคิดเป็นเหตุ มีกิเลสคือ ความโลภ โกรธ หลง เป็นผู้สั่งการ เป็นวัฏจักรหมุนเวียนเปลี่ยนไป เป็นภพชาติ เกิดแล้วตาย ตายแล้วเกิด อยู่อย่างนี้ไม่มีวันจบสิ้นลงได้ ทุกข์ระทมอย่างแสนสาหัสในชาติที่สุดแสนกัณดารนั้น

จึงจำเป็นต้องมีการปฏิบัติด้วยการมีสติสัมปชัญญะเพื่อรักษาจิตใจของตนให้เป็นปกติสุข โดยมีทาน ศีล ภาวนา เป็นต้น ทั้งนี้เพื่อปลดปล่อยจิตใจอันเป็นสิ่งที่ไม่ตายนี้ ให้พ้นไปจากวัฏฏะวนให้จงได้ ดังนั้น ข้าพเจ้าจึงสนใจธรรมะมาโดยตลอด แต่ปฏิบัติจริงๆ เมื่อปี ๒๕๒๙ โดยมีพระอาจารย์ ๒ รูป ท่านให้ความเมตตาแนะนำสั่งสอนข้าพเจ้าตลอดมา จึงขอกราบขอบพระคุณอาจารย์ทุกๆ องค์มา ณ โอกาสนี้ด้วยที่ท่านเมตตาข้าพเจ้าเป็นอย่างมาก





เริ่มต้นจาก การมีสติสัมปชัญญะ

การปฏิบัติเริ่มจากการมีสติสัมปชัญญะหรือการรู้ตัวทั่วพร้อม มาโดยตลอด ถึงเราจะนั่งสมาธิมาเป็นเวลาหลายชั่วโมงก็ตาม เมื่อออกมาจากการภาวนาแล้วจะต้องมีสติสัมปชัญญะคุ้มครองจิตใจของตนอยู่ตลอดเวลา ยืน เดิน นั่ง นอน ไม่ให้ปรุงแต่งใดๆ ทั้งสิ้น เมื่อเพลอสติ (การลืมหืม) ก็พยายามทำความรู้สึกหรือรู้ตัวทั่วพร้อมกันใหม่ เป็นอย่างนี้อยู่ตลอดเวลา โดยมีความเพียรเป็นหลักไม่ทอดย้ออ่อนแอ ไม่ไหลไปตามอารมณ์เหมือนแต่ก่อนนี้ แม้เริ่มแรกจะประคองสติไม่ได้มากเท่าที่ควรเพราะความหลงลืม แต่ก็ไม่เกินความพยายามของเรา โดยอาศัยความมุ่งมั่นและความพยายามที่จะปฏิบัติเพื่อการหลุดพ้นให้จงได้ แม้ในตอนแรกจะมีสติได้เพียงหนึ่งหรือสองนาที่เท่านั้นก็ตาม แต่เหมือนเป็นสิ่งที่ท้าทายให้ข้าพเจ้ามีมานะพยายามที่จะเอาชนะใจของตนเอง

ให้ได้ เมื่อมีความตั้งใจดังนี้ จึงสามารถครองสติไว้ได้ยาวนานขึ้น
จากนาที เป็นสองสามนาที เป็นสิบนาที เป็นครึ่งชั่วโมง เป็นชั่วโมง
เป็นวันโดยใช้เวลาไม่นานปีนัก ทั้งนี้ได้ตั้งปฏิญาณไว้กับตนเองว่า
ถ้าเรายังมีชีวิตอยู่ก็ควรจะต้องมีสติอยู่ด้วย แต่ถ้าขาดจากสติ
สัมปชัญญะเสียแล้ว ก็ขออย่าได้มีชีวิตอยู่ต่อไปอีกเลย

ข้าพเจ้าคาดคั้นตนเองว่าอย่าอยู่อย่างประมาท ถ้าเรา
เอาชนะตนเองไม่ได้แล้วจะเอาชนะสิ่งอื่นๆ ได้อย่างไร แคंबັงคับ
ให้มีสติอยู่ยังทำไม่ได้ ก็ให้มันตายไปเถอะ ในชาตินี้ เราก็เดินอยู่
บนทางที่แสนกันดารอยู่แล้ว ชาติหน้าก็อย่าได้ตกต่ำไปกว่านี้เลย
เราจะสร้างทาน คีล ภาวนา ตามที่พระพุทธองค์ได้ทรงบัญญัติไว้
ให้ได้ **คนเราถ้าอยู่อย่างขาดสติสัมปชัญญะแล้วก็เหมือนกับเรือที่
ขาดหางเสือ เหมือนปลาที่ตายไปแล้ว ไม่สามารถที่จะแหวกว่าย
ทวนกระแสน้ำฉันทิ การขาดสติสัมปชัญญะของเราก็เป็นเช่นนั้น**

**ข้าพเจ้าคอยเตือนตัวเองอยู่เสมอ จึงทำให้มีความพยายาม
มากขึ้น** คอยควบคุมให้มีสติคุ้มครองจิตใจไม่ให้ฟุ้งซ่าน ให้จิต
เป็นปกติ คือ เป็นตัวของตัวเอง ไม่ตกเป็นทาสแห่งอารมณ์ดี
หรือชั่วทั้งหลาย พยายามไม่พูดในจิต ไม่คิดในใจ เมื่อตาเห็นรูป
ให้สักแต่ว่าเห็น เช่น เห็นป้ายโฆษณาที่ไม่อ่านในใจ มีสติอยู่กับ
สมาธิ ให้จิตเป็นอุเบกขา วางเฉยอยู่อย่างเบาๆ ไม่เดือดร้อนในสิ่ง
ที่มากระทบใดๆ ทั้งสิ้น



วันหนึ่งๆ ไม่ว่าจะทำอะไรก็ได้ให้มีสติรู้ตัวทั่วพร้อมตลอดเวลา หากปล่อยตัวไหลไปตามอารมณ์นั้นๆ เมื่อรู้ตัวก็หยุดคิด หยุดปรุงแต่ง หยุดแสวงหา ให้จิตใจอยู่อย่างสบาย ไม่กังวล หยุดโกรธ หยุดโลภ หยุดปรารถนา ในขณะที่ยังมีสติอยู่นั้นความสงบสุขค่อยๆ ซึมซับเข้ามาสู่จิตใจขณะที่ใช้ชีวิตประจำวันอยู่ นี่คือผลของการปฏิบัติในปี ๒๕๒๙



จิตที่พ้นจากทุกข์ ๑๑



“

เราทำทุกอย่าง ไม่ว่าจะทำงาน
รักษาศีล บำเพ็ญ-ภาวนา
ความดีทั้งหลายทั้งปวง การขังกรรม
ก็เพื่อ รู้
ตัวนี้ตัวเดียวเท่านั้น

”



ติดใน ความว่าง ๒ ปีเต็ม

การปฏิบัติเป็นไปอย่างต่อเนื่องหลายเดือน ในที่สุดจิตของข้าพเจ้าก็เป็นสมาธิขึ้นอย่างน่าอัศจรรย์ ภายในจิตใจไม่มีสังขาร ความคิดหรืออารมณ์ดีชั่วใดๆ มาก่อทวนเลย ถ้ามีบ้างก็เพียงลึกลับแต่เท่านั้น แตกต่างจากก่อนหน้านี้ที่ไม่เคยมีสติมาก่อน จิตใจจึงไม่เคยพบกับความสงบเลยแม้แต่บ่อย ไม่เคยรู้ว่าความสงบนั้นเป็นอย่างไร จึงเป็นเรื่องที่น่าแปลกประหลาดมากกว่า จิตเป็นสมาธิได้ขนาดนี้เชียวหรือ บางครั้งจะคิดเรื่องการทำงานบ้าง แต่จิตกลับนิ่งเฉยเสีย ไม่ออกทำงานเลย ติดว่างอยู่อย่างนั้น ถึงกับต้องบังคับให้จิตออกมาคิดเรื่องอื่นๆ บ้าง ไม่เช่นนั้นจิตจะหยุดนิ่งเป็นสมาธิอยู่ตลอดเวลา นี่คือการติดสมาธิ ซึ่งขณะนั้นข้าพเจ้าเข้าใจว่าถูกต้องที่สุดแล้ว จึงนอนใจ ทำให้ติดความว่างอยู่ถึง ๒ ปีเต็มๆ นี่คือความจริงที่เกิดขึ้นจากการปฏิบัติในขณะนั้น อย่างไรก็ตามก็ดี



การปฏิบัติให้จิตเป็นสมาธินั้นเป็นทางเดินเบื้องต้นที่ถูกต้อง ท่านให้
ชื่อว่า**สมถกรรมฐาน** เป็นสิ่งที่จำเป็นอย่างยิ่งในการปฏิบัติ

การปฏิบัติต้องมีความเพียรเป็นหลัก ห่มเทกกันด้วยชีวิต
จิตใจไม่ทอดทิ้ง จิตปล่อยวางทุกสิ่งทุกอย่างที่เป็นข้าศึกต่อการ
ปฏิบัติ โดยเอาชีวิตเป็นเดิมพัน การทำงานก็เป็นไปโดยปกติ
ไม่เกี่ยวข้องกับการปฏิบัติแต่อย่างใด พระพุทธเจ้ามิได้ทรงสอน
ให้เราเกียจคร้าน ฉะนั้นเราจึงต้องมีความเพียรทั้งทางโลกและ
ทางธรรม เมื่อปฏิบัติดังนี้แล้ว วันหนึ่งจิตจะเป็นสมาธิขึ้นมา
อย่างอัศจรรย์โดยที่คิดไม่ถึงเลย จิตจะเกิดความชุ่มชื้นสงบเย็น
พร้อมด้วยความภาคภูมิใจและความปีติสุขอย่างบอกไม่ถูก นี่คือ
ผลแห่งการปฏิบัติเมื่อต้นปี ๒๕๓๑



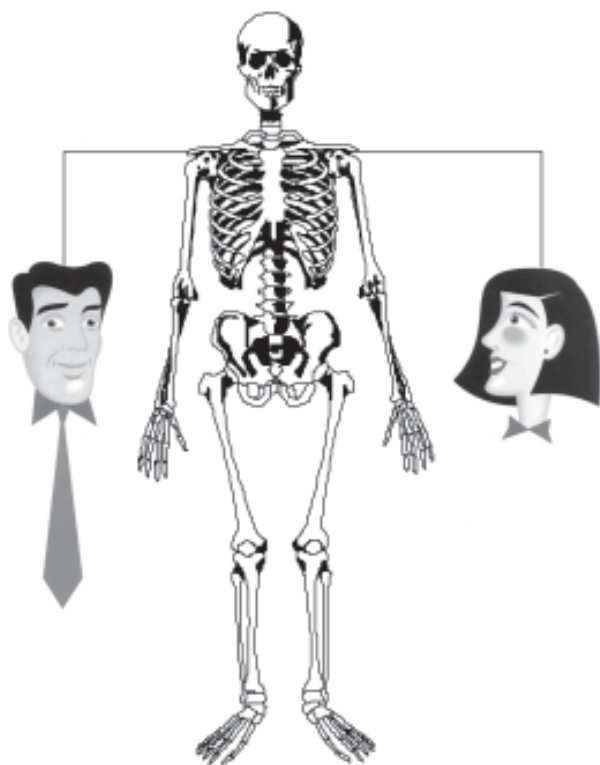


“

การภาวนานี้
การรู้ตัวทั่วพร้อมเป็นสิ่งสำคัญที่สุด
ก็คือ การมีสติสัมปชัญญะ
คำว่าสติสัมปชัญญะนี้
ไม่ใช่สติของคนธรรมดาทั่วไป
แต่เป็นสติของนักปฏิบัติโดยตรง
สติ คือ ตัวระลึก
สัมปชัญญะ คือ การรู้ตัว

”





“พิจารณาทำให้มันชัด เมื่อเข้าใจชัด
มันจะปล่อยวางกายไปเองโดยอัตโนมัติ
เราไม่ต้องไปปล่อยเลย
เมื่อเข้าใจเรื่องกายชัดเจน
มันจะไม่พิจารณาอีกแล้ว
เหมือนเรากินข้าวอิ่มแล้ว เราไม่กินซ้ำอีก”



เข้าสู่วิปัสสนากรรมฐาน พิจารณากาย

จากนั้นจึงก้าวเข้าสู่**วิปัสสนากรรมฐาน** คือ การพิจารณากาย ที่ยาววณาคืบนี้ เพื่อให้เห็นตามความเป็นจริงว่า กายนี้เป็นเรา จริงหรือไม่ พิจารณาตั้งแต่ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง เป็นต้น แม้ว่าการบังคับจิตให้ออกมาพิจารณานี้เป็นสิ่งที่ไม่สะดวกนัก เพราะ จิตที่ติดอยู่ในสมาธิจะเพลिनอยู่ในสมาธิ ยากจะออกมาพิจารณา จึงต้องบังคับจิตให้ออกมาทำงานทางด้านปัญญบ้าง โดยต้องฝืน และบังคับซึ่งก็ไม่ใช่เป็นผลนักในตอนแรก แต่ก็จำเป็นต้องออกมา พิจารณาดังที่กล่าวมาแล้ว โดยพิจารณา**ผม** ดูว่าเป็นของเราจริงหรือไม่ เราลองเอากรรไกรตัดผมของเราทิ้งไปเล็กน้อยแล้วลองพิจารณาดู ก็ไม่แตกต่างจากขนของสัตว์ทั่วไป แล้วเราจะยังว่าเป็นผมของเราได้อย่างไรกัน เส้น**ขน**ตามร่างกายนี้ก็เช่นเดียวกัน จะเห็นว่าเป็นของเราได้อย่างไร **เล็บ**ที่ติดอยู่ที่ปลายนิ้วทั้งสิบ เมื่อเอากรรไกรตัดออกมาวางไว้กับพื้น ก็พิจารณาเช่นเดียวกับผมขนนั่นเอง



พิจารณาวนเวียนไปวนเวียนมา ก็ไม่เห็นว่ามันจะเป็นเราไปได้
ฟันเมื่ออยู่ในปากก็มองดูสวยงามดี แต่ถ้าถอนออกมาแล้วเรา
จะรู้สึกขยะแขยง สิ่งนี้จะถือว่าเป็นเรามันไม่ถนัดนัก **หนัง** อันคนเรา
นี้ไม่ว่าหญิงหรือชายที่ดูสวยงาม แม้จะเป็นดารา นางสาวไทย หรือ
นางงามจักรวาลก็ตาม ถ้าหากว่าไม่มีหนังบางๆ มาปกปิดเอาไว้
เราลองพิจารณาดูว่าจะมีความสวยงามหรือไม่ หากเราลอกหนัง
ที่ปิดบังอยู่นี้ออกมาเพื่อเปิดเผยความจริง เหมือนเราลอกหนังเปิด
หนังไก่หรือหนังกบก็คงจะเห็นเนื้อแดงๆ เลือดไหลซึม ไม่แตกต่าง
อะไรกับพวกซากศพ ผีเปรต

ร่างกายนี้มันไม่ได้มีการหมายตัวมัน แต่เราไปหมายว่าเป็น
แขน เป็นขา เป็นตา เป็นร่างกายของเรา **ร่างกายนี้แท้จริงเกิดจาก**
การรวมตัวกันของธาตุทั้งสี่ ดิน น้ำ ลม และไฟ เท่านั้น มีความ
เปลี่ยนแปลง แปรปรวน เสื่อมสภาพไปอยู่ตลอดเวลา และจะแตก
สลายกลับไปสู่ธาตุทั้ง ๔ ไปในวันใดวันหนึ่ง

ธาตุดิน ก็คือส่วนของแข็งที่เป็นอวัยวะต่างๆ เช่น ขน ผม
เล็บ ฟัน กระดูก เป็นต้น

ธาตุน้ำ ก็คือส่วนของเหลว เช่น น้ำเลือด น้ำเหลือง น้ำตา
น้ำเหลือง น้ำหนอง น้ำไขข้อ น้ำย่อย

ธาตุลม ก็คือลมหายใจเข้าออก ลมที่วิ่งอยู่ในร่างกาย

ธาตุไฟ ได้แก่ ความร้อนภายในกาย ไฟเผาผลาญอาหาร

ทุกชิ้นส่วนทุกอวัยวะล้วนเต็มไปด้วยเชื้อโรค เป็นแหล่งของเชื้อโรคอย่างดี ความเป็นปฏิกูลสกปรก ต้องชำระล้างทำความสะอาดอยู่เสมอ **สิ่งเหล่านี้ล้วนไม่หมายตัวเอง คือไม่รู้ตัวเอง ไม่รู้ว่าตัวเองเป็นอะไร แต่มีความยึดมั่นถือมั่นในจิตที่ไปยึดร่างกาย ยึดอวัยวะต่างๆ ในร่างกายว่า เป็นเรา เป็นของเรา** ให้พิจารณาเห็นความจริงว่า **กายคือกาย จิตคือจิต ไม่ใช่อันเดียวกัน** แต่เป็นความไม่รู้ของจิตเองที่ไม่รู้ความจริง แล้วก็ไปยึดถือร่างกายว่าเป็นเรา

เมื่อเห็นดังนี้ก็ยากที่เราจะเหมาว่ากายนี้เป็นเรา **พิจารณาไปนานขึ้นๆ จิตใจจะค่อยๆ เห็นตามความเป็นจริง** สิ่งเหล่านี้ ข้าพเจ้าพิจารณาจนนับครั้งไม่ถ้วน จนบางครั้งจิตเห็นคนที่เดินไปเดินมานี้เป็นกระดูกที่ไม่มีเนื้อหนังหุ้มอยู่(เห็นในจิต) เห็นเพียงกระดูกเปล่าๆ ที่เดินไปเดินมา ร่างกายที่เห็นว่าเป็นเรา เวลาใช้ชีวิตอยู่มักมีเวทนาบีบคั้นตลอดเวลา แต่เมื่อจิตออกจากร่างกาย เวลาเอาไปเผาไฟกลับไม่มีเวทনার้อนโอดครวญเลย ฉะนั้นจึงสรุปได้ว่า**จิตกับกายเป็นคนละส่วนกัน ไม่ปะปนกัน กายเป็นเพียงที่อาศัยชั่วคราวของจิตเท่านั้น** จิตก็เริ่มยอมรับตามความเป็นจริงมากขึ้นเรื่อยๆ นี่คือการพิจารณากายของข้าพเจ้าโดยสรุปย่อๆ เพราะการพิจารณากายนี้เป็นเรื่องละเอียดอ่อน ไม่มีประมาณ จึงเป็นการยากที่จะเขียนให้สมบูรณ์ในหน้ากระดาษเพียงเล็กน้อยนี้ เพราะถ้าจะเขียนกันจริงๆ แล้ว ก็ไม่รู้จะต้องเขียนกันอีกกี่ยกก็หน้ากระดาษ จึงต้องขอยุติเพียงนี้



“

คำว่าวางขันธ• ๕ นี่ต้องเข้าใจว่า
ขันธ• ๕ ทั้งหมดมันยังอยู่นะ
ทั้งรูปก็ยังอยู่ ทั้งเวทนามก็ยังอยู่
ส--าก็ยังอยู่ สังขารก็ยังอยู่
วิ--าณก็ยังอยู่ แต่ว่ายังอยู่นั่นแหละ
อยู่แบบเราปล่อยวาง
อยู่แบบปล่อย ก็คือ รู้เข้าใจว่า
ไม่มีเราเป็นเจ้าของ

”





พิจารณาเวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ

ส่วนเรื่องของเวทนานั้นข้าพเจ้าติดอยู่นานมาก สมเด็จพระผู้มีพระภาคเจ้าท่านตรัสไว้ว่า **แม้แต่เวทนาก็ไม่ใช่เรา** ข้าพเจ้ามาพิจารณาทุกอย่าง จิตก็ไม่ยอมรับ เนื่องจากเวลาทำสมาธิความปวดความเมื่อยที่เกิดขึ้น เราเป็นผู้ปวดเมื่อยทุกครั้งไป ไม่สามารถแยกเรามาจากเวทนาได้ เพราะความรู้สึกในขณะนั้น เวทนาเป็นเรา เราเป็นเวทนา รู้สึกว่าเป็นเนื้อเดียวกันหมด แต่ต่อมาวันหนึ่งขณะที่จิตกำลังสงสัยอยู่ พิจารณาใคร่ครวญวกไปเวียนมาอยู่หลายรอบ เพื่อหาความจริงว่าเวทนาเป็นเราหรือไม่

ขณะนั้นเอง คล้ายกับเกิดนิมิตขึ้นในจิต เห็นเวทนาได้ลอยออกจากจิตของข้าพเจ้าอย่างน่าอัศจรรย์ยิ่ง เวทนานี้ขาดออกจากจิตโดยสิ้นเชิง รู้สึกชัดเจนมาก เหมือนเราเอามือไปฟันต้นกล้วยขาดกระเด็นออกจากกัน **เวทนาเป็นสักแต่ว่าเวทนา เวทนานั้น**

ก็รู้ว่าตัวเองเป็นเวทนา เพราะเวทนา ไม่มีชีวิต ไม่มีจิตใจ เวทนา
จึงเป็นเพียงชั้นๆ หนึ่ง ปรากฏขึ้นมา เป็นคนละส่วนกันกับธาตุรู้
หรือจิต หรือกล่าวได้ว่าอาการนั้นมันไม่ใช่อาการของเจ็บ แต่มัน
เป็นอาการของสิ่งหนึ่ง คำว่าเจ็บ เราไปใส่ชื่อให้ตัวเองว่ามันเจ็บ
จริงๆ เค้าก็เป็นของเค้าอย่างนั้นแหละ ความเจ็บความปวดมันเป็น
ของมันอย่างนั้นเอง

หากเราไม่เอามาเป็นเราซะอย่างเดียว เวทนามันไม่ใช่เรา คือ
ไม่ใช่ความรู้สึก ไม่ใช่ธาตุรู้หรือจิต เหมือนเรานั่งดูหนัง เวทนา
เหมือนหนังที่เราดู ธาตุรู้หรือจิตเป็นผู้เห็นผู้เห็นเฉยๆ แต่
ไม่ใช่เป็นผู้เจ็บ จิตไม่ใช่ผู้เจ็บ เมื่อจิตไม่ใช่ผู้เจ็บ มันก็เลยไม่เจ็บ
เอาเจ็บมาจากไหน เราไปบอกเองว่ามันเจ็บ ไปให้สัญญาจำได้ว่าเวลา
นี้เราเจ็บจริงๆ แล้วเราไม่ได้เจ็บเลย แต่อาการมันเป็นอย่างนั้น
เหมือนว่าเราเป็นกระจก ธาตุรู้หรือจิตนี้เป็นกระจก เวลาเวทนา
เกิดขึ้น กระจกกับเวทนามันคนละอัน มันไม่เกี่ยวกับกระจกเลย
ฉะนั้นผู้เห็น คือเราหรือกระจกจะไปเจ็บได้อย่างไร ธาตุรู้หรือจิต
เป็นเพียงผู้เห็น แต่ไม่ใช่ผู้เจ็บ

หากจะเปรียบเวทนาเหมือนเม็ดพริกขี้หนู เม็ดพริกขี้หนูไม่รู้
เลยว่าตัวเองเผ็ด เพราะไม่มีชีวิตไม่มีจิตใจ และไม่มีเจตนาที่จะทำ
ให้ใครเผ็ด เปรียบเหมือนความเจ็บความปวด ที่ไม่มีชีวิตจิตใจ
เช่นเดียวกัน จึงไม่สามารถทำให้ใครเจ็บปวดได้ แล้วอะไรเป็น
ผู้เจ็บปวด ในเมื่อเวทนาความเจ็บ เนื้อ หนัง เอ็น กระดูก ไม่มี
ความรู้สึกว่าตนเองเจ็บปวดเลย ทั้งยังไม่เที่ยง เกิดขึ้น ตั้งอยู่



แล้วก็ดับไป ไม่มีแก่นสารใดๆ ทั้งสิ้น เป็นเพียงสิ่งเกิดๆ ดับๆ เท่านั้น ส่วนธาตุรู้หรือจิตก็เป็นผู้รู้เฉยๆ หากไม่เข้าใจความจริงนี้ ความเจ็บความปวดนั้นก็จะเป็นเรา คือเราเจ็บ โดยไม่สามารถแยกจากกันได้ แต่หากเข้าใจความจริงนี้แล้ว เนื้อ หนัง เอ็น กระดูก ก็เป็นความจริงอันหนึ่ง อากาเร็บก็เป็นเพียงอาการและความจริงอันหนึ่ง และธาตุรู้หรือจิตก็เป็นผู้รู้ซึ่งเป็นความจริงอีกอันหนึ่ง เช่นกัน ไม่มีความยึดมั่นถือมั่นว่าความเจ็บความปวดเป็นเราเป็นของเราแต่อย่างใด

เรื่องของสัญญา การจำได้หมายรู้ก็ไม่แตกต่างจากเวทนา เพราะสัญญาก็เป็นสิ่งที่ถูกรู้ ไม่มีชีวิตไม่มีจิตใจเหมือนกัน เป็นของตาย คือ เกิดๆ ดับๆ ด้วยกันทั้งสิ้น มีความจริงของตนเป็นเช่นนี้ แล้วจะไปยึดมั่นถือมั่นอะไรกัน วันนี้ยังจำได้ดี พอวันรุ่งขึ้นก็ลืมเสียแล้ว สิ่งที่ดีตาติดใจ ก็คงจำได้นานหน่อยถ้าเป็นสิ่งที่ไม่ติดใจก็ดับเร็ว ลืมเร็ว ไม่เที่ยง ไม่แน่นอน มีการผันแปรอยู่เสมอ ดังนั้น สัญญาจึงไม่ใช่เราเหมือนกับเวทนานั่นเอง

ส่วนเรื่องของสังขาร ความคิดความปรุงแต่ง ก็เป็นอาการและความจริงของตนอีกอันหนึ่งเช่นกัน คือคิดแล้วดับไป ปรุงแล้วดับไป บางครั้งไม่ได้ตั้งใจคิดแต่ความคิดก็ลอยขึ้นมาเอง บางครั้งไม่มีเจตนาที่จะว่ากล่าวใคร แต่ความคิดก็เกิดขึ้นมาให้เราเป็นทุกข์จนได้ เช่น บางครั้งคิดไปตำหนิครูบาอาจารย์อย่างรุนแรง แม้จะบังคับไม่ให้คิด แต่ก็ไม่สามารถเอาชนะสังขารการปรุงแต่งนี้ได้ ทั้งๆ ที่กลัวบาป กลัวตกนรก เพราะไปว่ากล่าวครูบาอาจารย์



โดยที่ท่านไม่ได้ผิดอะไร ยิ่งบังคับก็ดูเหมือนยิ่งยู่ให้ความคิด
เหล่านี้เกิดขึ้นเป็นทวิคูณ ทุกข์ทรมานแสนสาหัสสำหรับข้าพเจ้า
ในที่สุดข้าพเจ้าได้นำปัญหานี้ไปถามครูบาอาจารย์ ซึ่งท่านได้
แก้ปัญหาให้กับข้าพเจ้าได้เป็นอย่างดี โดยตอบว่า “ไม่เป็นไรหรอก
โยม เพียงแต่โยมอย่าไปคิดว่าสังขารความคิดเป็นโยมก็แล้วกัน”
ความรู้สึกของข้าพเจ้าในขณะนั้นเหมือนนกยูงเขาออกจากอก
โผล่ไปหมด เข้าใจได้ในทันทีว่าสังขารความคิดมีอาการและ
ความจริงเช่นนี้ บังคับไม่ได้ เพราะเป็นสิ่งที่ถูกรู้ เป็นคนละอัน
กับจิต เป็นสิ่งที่เกิดขึ้น ตั้งอยู่ ดับไป เป็นไตรลักษณ์อยู่
อย่างนั้น

ท้ายสุดสำหรับเรื่องของวิญญาน ก็เป็นไปในทำนองเดียวกัน
เช่น เมื่อตาเห็นรูป หูได้ยินเสียง จมูกได้กลิ่น ลิ้นได้ลิ้มรส กาย
ได้รับการสัมผัส ใจสัมผัสอารมณ์ เมื่อมีการกระทบกันทางอายตนะ
ทั้ง ๖ ดังกล่าวข้างต้น อาการของวิญญานก็จะรับทราบการกระทบ
นั้นเป็นครั้งๆ เป็นเรื่องๆ ไป กระทบครั้งหนึ่งรับทราบครั้งหนึ่ง
แล้วก็ดับไป รับทราบแล้วดับ รับทราบแล้วดับ ไม่ใช่ธาตุรู้
หรือจิต เป็นเพียงสิ่งที่ถูกรู้เช่นเดียวกัน

จึงสรุปได้ว่า **ชั้น ๕ ทั้งหมด มิใช่เรา มิใช่ของเรา เป็น**
เพียงอาการของจิต มีธรรมชาติเป็นไตรลักษณ์ ไม่ควรยึดมั่นถือ
มั่นในชั้นทั้ง ๕ ชั้นทั้ง ๕ เป็นเพียงสิ่งที่ถูกรู้ และเราเป็นผู้รู้
สิ่งเหล่านี้เท่านั้น



ชั้น ๕

ไม่ใช่เรา แล้วเราคืออะไร?

ข้าพเจ้าเริ่มเข้าใจเรื่องของชั้น ๕ ว่าไม่ใช่ตัวของเรา “แล้วเราคืออะไรละ” เมื่อมีคำถามดังนี้ จิตก็เริ่มสงสัยและค้นหาความจริง ข้าพเจ้ามาค้นหาและค้นคว้าอยู่นานทีเดียว ในที่สุดก็ได้ถามครูบาอาจารย์ในขณะนั้น อาจารย์ได้ตอบว่า **เราคือความรู้สึกรู้หรือธาตุรู้** ธาตุรู้ไม่ใช่ความรู้ทั่วไปที่เราเรียนมาจากหนังสือ ไม่ใช่สิ่งที่เราเห็นด้วยตา ได้ยินด้วยหู สัมผัสด้วยจมูก ลิ้มรสด้วยลิ้น และสัมผัสด้วยกาย สิ่งเหล่านี้เป็นสิ่งที่ถูกรู้ทั้งหมด จึงไม่ใช่ธาตุรู้ **ธาตุรู้นี้มีอยู่เพียงหนึ่งเดียวเท่านั้นในสามแดนโลกธาตุนี้** สิ่งอื่นๆ ทั้งหมดไม่ใช่ธาตุรู้ แม้แต่อารมณ์ที่สัมผัสได้ด้วยใจของเรานี้ ก็ยังไม่ใช่ธาตุรู้ แต่เป็นเพียงสิ่งที่ถูกรู้เท่านั้น นี่เป็นสิ่งที่สำคัญที่สุดที่เราจำเป็นต้องพิจารณาให้เห็นธาตุรู้ให้ได้ เพราะธาตุรู้ที่แท้คือเรา ไม่ใช่รูป เวทนา สัญญา สังขาร หรือวิญญาณที่ก่อนหน้านี้เห็นว่าเป็นเรา



ธาตุรู้หรือจิตนี้ เราเกิดมานับอสงไขยไม่ถ้วน แต่กลับไม่เคยเห็นธาตุที่เป็นธรรมชาติมาก่อนเลย ดังที่พระผู้มีพระภาคเจ้ากล่าวไว้ว่า “**นกไม่เห็นฟ้า ปลาไม่เห็นน้ำ หนอนไม่เห็นอาม**” เหมือนเราเหยียบแผ่นดินอยู่ทั้งแผ่นดิน แต่กลับไม่เคยเห็นแผ่นดินอันนี้เลย นี่คือการหลงอหังหาประมาณไม่ได้ เราจึงเกิดมาแล้วนับชาติไม่ถ้วน ตายแล้วเกิด เกิดแล้วตาย จนกระดูกกองทับถมกันสูงเท่าภูเขาทั้งลูก นี่คือ สิ่งที่ข้าพเจ้าเข้าใจในขณะนั้น จากนั้นมา ข้าพเจ้าจึงพยายามอยู่กับธาตุรู้ ถึงแม้ในตอนแรกจะขาดๆ หายๆ อยู่ได้เพียงหนึ่งนาที่ สองนาที่ก็หายไป เมื่อได้สติก็พยายามดึงกลับมาอยู่อย่างนี้ตลอดเวลา ยกเว้นเวลาหลับ ในที่สุดด้วยความเพียรอย่างยิ่งของข้าพเจ้าทำให้สามารถอยู่กับผู้รู้ได้มากขึ้นเรื่อยๆ จนอยู่ได้ครบ ๑๐๐% และสามารถอยู่กับธาตุรู้ได้อย่างอัตโนมัติ





ปล่อยธาตุรู้

ข้าพเจ้าติดอยู่กับผู้รู้เป็นเวลาสองปีเต็มๆ ในที่สุดพระอาจารย์ท่านได้เทศน์โปรดให้ข้าพเจ้าปล่อยธาตุรู้ “โยมจะจับไว้ทำไมกัน ปล่อยไปเสียนะโยม ไม่มีสิ่งใดที่จะหนักเท่ารู้อีกแล้ว โยมจะจับไว้ทำไมกัน” ข้าพเจ้าก็ตอบอาจารย์ไปว่า “ผมปล่อยไม่เป็นหรอกครับอาจารย์ ปล่อยไม่ได้ ไม่รู้จะปล่อยอย่างไร” อาจารย์หยิบหนังสือขึ้น แล้วก็ปล่อยลงมา “ปล่อยอย่างนี้แหละโยม ปล่อยได้ไหม” ข้าพเจ้าไม่มีปัญญามากพอที่จะปล่อยธาตุรู้นี้ได้ มันจนปัญญาจริงๆ ทั้งๆ ที่ครูบาอาจารย์ได้ช่วยโปรดข้าพเจ้าอยู่หลายครั้งหลายหนด้วยกัน

ข้าพเจ้าปรารภกับตัวเองว่า “ธาตุรู้นี้เป็นชีวิตจิตใจแล้วเราจะปล่อยวางได้อย่างไร ปล่อยก็ตายนะสิ” พิจารณาวนเวียนอยู่อย่างนี้

หาทางออกไม่ได้เลย จิตกังวลอยู่กับจิต จะปล่อยก็ปล่อยไม่เป็น
จะเอาไว้ก็รู้ว่ามันไม่ถูกต้อง รู้สึกว่าเป็นการะงัดงัด น่ารำคาญมาก
ทำไมเรายังปฏิบัติยิ่งเกิดความทุกข์ จะนอนก็นอนไม่ค่อยหลับ
เพราะกังวลอยู่กับการปล่อยธาตุรู้ พิจารณาวนเวียนเหมือนพาย
เรืออยู่ในอ่าง ข้าพเจ้าไปสำนักที่อาจารย์พักอยู่หลายครั้งทั้งที่ก่อนหน้านี้
ท่านมาโปรดถึงบ้าน (วัดเขากระแจะ) ไม่ต่ำกว่า ๗ ครั้งด้วยกัน
แต่ข้าพเจ้าก็ไม่สามารถเข้าใจได้ จึงตามไปที่สำนักของท่านถึง ๓-๔
ครั้งด้วยกัน ในแต่ละครั้งที่ไปกราบท่าน ท่านเทศน์โปรดวันละ ๓
เวลา ล้วนแล้วแต่เทศน์เรื่องการปล่อยธาตุรู้ทั้งสิ้น แต่ข้าพเจ้าเอง
ไม่มีปัญญาพอก็เลยไม่สามารถปล่อยรู้ได้ ครั้งสุดท้ายไปกราบท่าน
เมื่อวันที่ ๓ พฤศจิกายน ๒๕๓๖ ท่านได้เทศน์โปรดอยู่ ๓ วัน
วันละ ๓ เวลา ข้าพเจ้าก็ยังไม่สามารถปล่อยรู้นี้ได้เหมือนครั้งที่ผ่านมา
จนวันที่ ๕ พฤศจิกายน ๒๕๓๖ เวลา ๔ โมงเย็น ซึ่งข้าพเจ้ากำลัง
เตรียมตัวกลับบ้าน โดยคิดอย่างน้อยเนื้อต่ำใจว่า ชาตินี้คงไม่มี
วาสนาที่จะสามารถปล่อยรู้ได้ ทันใดนั้นอาจารย์ได้กล่าวขึ้นว่า “โยม
เวลามีสิ่งกระทบโยมก็ปล่อยรู้แล้วมาจับสิ่งที่มากระทบ แต่ในขณะที่
ที่ไม่มีสิ่งกระทบ โยมก็มาอยู่กับธาตุรู้อีก เอาอย่างนี้ได้มั๊ยโยม
เมื่อมีสิ่งกระทบ โยมก็ปล่อยทั้งสองอย่างไปเลย เวลาที่โยมเปรียบ
เหมือนหนอนคืบ เมื่อมาจับที่หัวก็ปล่อยหาง เมื่อจับหางก็ปล่อยหัว
ให้โยมปล่อยทั้งสองอย่างไปเลยได้มั๊ย”

เท่านั้นเอง ข้าพเจ้าถึงกับตะลึง สะดุ้งขึ้นในใจและขณะเดียวกันนั้น ทั้งธาตุรู้และสิ่งถูกรู้เหมือนมีพลังหนึ่งมาสะบัดอย่างรุนแรง ธาตุรู้และสิ่งถูกรู้นั้นกระเด็นออกไปทันที และเกิดธาตุรู้อีกตัวหนึ่งซึ่งเป็นรู้ภายใน คือตัวที่มองธาตุรู้ตัวแรกและสิ่งถูกรู้ที่กระเด็นออกไป ปรากฏเป็นรูปปัจจุบันขึ้นมาทันที เป็นธาตุรู้ที่ไม่ต้องประกอบ ไม่ต้องจับ ไม่ต้องกำหนด ธาตุรู้นี้ไม่มีหยาบ ไม่มีเกิด ไม่มีดับ ธาตุรู้ตัวใหม่นี้เป็นอิสระเสรี โดยที่ไม่มีเราเป็นเจ้าของเหมือนแต่ก่อน เป็นธาตุรู้ที่บริสุทธิ์ผุดผ่อง เป็นปัจจุบันธรรม เป็นกลางๆ ไม่มีที่อยู่ ไม่มีที่อาศัย ไม่กินเนื้อที่ ปราศจากการยึดมั่นถือมั่นในสิ่งใดทั้งสิ้น ปรากฏขึ้นอย่างชัดเจนมาก สมมติที่ฝังจมอยู่ในจิต คือธาตุรู้ตัวแรกนั้นดับไป ภพชาติทั้งหลายที่ติดแน่นอยู่ในจิตนานแสนนานได้ดับลงพร้อมกันในขณะนั้น อวิชชาดับไปโดยสิ้นเชิง ในสามแดนโลกธาตุนี้ไม่มีกิเลสที่จะก่อวนอีกต่อไป ทุกสิ่งทุกอย่างนั้นกลับตัวเป็นธรรมพร้อมกันหมดทั้งภายในและภายนอก

ความเป็นกลาง ความสะอาด ความบริสุทธิ์นั้น ก็หมายถึงจิตดวงนี้เอง พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ ก็คือ จิตดวงนี้ ดังที่พระผู้มีพระภาคเจ้าได้ตรัสไว้ว่า ผู้ใดเห็นธรรม ผู้นั้นเห็นตถาคต ซึ่งก็คือ การเห็นจิตที่บริสุทธิ์ ณ ปัจจุบันนั่นเอง จิตที่บริสุทธิ์จึงเป็นจิตที่อยู่นอกเหตุเหนือผล เหนือสมมติ เหนือบัญญัติ เหนือเกิด เหนือดับ เรียกว่า เป็นวิมุต หมดภาระ หมดสิ้น การงาน หมดคำพูด จึงหยุด แล้วปล่อยคำว่าหยุดลงเสียด้วย

สมกับที่พระผู้มีพระภาคเจ้าได้ตรัสไว้ว่า “ไม่มีธรรมใดที่ไม่เป็น
โมฆะ” นั้นหมายความว่า สมมติทั้งหลายที่เคยติดแน่นในจิต
เมื่อไม่ยึดมั่นถือมั่นกับสมมตินั้นแล้ว สมมติก็นั่นเป็นโมฆะหรือ
หมดความหมายไป





“

ความรู้กับผู้รู้คนละตัวกันนะ
รู้หมายถึงจิต
แต่ความรู้หมายถึงสิ่งที่เราเรียนมา
ถ้าแยกแยะอย่างนี้ได้
ก็เห็นอันว่าเข้าใจ คือผู้รู้มีอันเดียว
แต่ความรู้นี้มีไม่มีประมาณเลยนะ
เรียนกันไว้งบ

”



ตากระทบรูป
หูกระทบเสียง
จมูกกระทบกลิ่น
ลิ้นกระทบรส
กายกระทบสัมผัส
ใจรับธรรมารมณ์



อย่าทิ้งใจเรา
คอยดูแลว่าสิ่งใดจะมากกระทบบ้าง
เมื่อกระทบแล้วมีอาการใดเกิดขึ้นบ้าง
ทั้งดีทั้งชั่ว
ให้เรารู้เราเห็นอยู่ตลอด





ปัจจุบันธรรม

คำว่า**ปัจจุบันธรรม** ถ้าเมื่อเราทำความเข้าใจตรงนั้นได้เราก็จะเห็นความจริงที่เกิดขึ้นกับตา หู จมูก ลิ้น กายที่มันเกิดขึ้นในปัจจุบัน เช่น ตาเห็นรูป รูปนั้นก็ป็นธรรมที่เกิดขึ้นในปัจจุบัน จมูกได้กลิ่น ลิ้นได้ลิ้มรสในขณะนั้นเดี๋ยวนั้น ก็ถือว่าเป็น**ธรรมในปัจจุบันธรรม** เลยจากนั้นแม้แต่วินาทีเดียวก็นับเป็นสัญญาไป ไม่ใช่ความจริง ความจริงจะเกิดขึ้นเฉพาะ **ขณะที่รู้ ขณะที่ได้สัมผัส** เช่น กาย รับสัมผัส เย็น ร้อน อ่อน แข็ง อะไรก็ตาม อันนั้นถือว่าเป็นปัจจุบัน สิ่งที่เกิดขึ้นในปัจจุบันนั้นเป็นความจริง(หมายถึง รู้จริง)

แต่ถ้าเมื่อเลยไปแม้แต่วินาทีเดียวลึ่งนั้นก็ป็นสัญญาไป คือ เป็นความจำไป เป็นอดีตไป เพราะฉะนั้นอดีตเราไม่เอา ผ่านไปแล้ว ผ่านไปเลย เราดูของใหม่ เราเอาของใหม่ ไม่ว่าจะเป็นกายสัมผัส

ตาเห็นรูป หูได้ยินเสียง จมูกได้กลิ่น ลิ้นลิ้มรส ใจรับธรรมารมณ์
คืออารมณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้น อันนี้เราเอาเฉพาะที่สัมผัสกับจิต ถ้าหากว่า
**เราพอสังเกตได้อย่างนี้ เราก็สามารถฟังธรรมได้ตลอด ฟังธรรม
ของตัวเอง ธรรมแห่งธรรมชาติ ธรรมอันเป็นธรรมชาติ**

จริงๆ แล้ว พระพุทธเจ้าไม่ได้เอาสิ่งสร้างขึ้นหรือคิดขึ้นมา
สอนพวกเรา ไม่ได้คิดขึ้นมาสอนเราเลย แต่เอาความจริงที่เกิดขึ้น
เอาสังขารที่เกิดขึ้น ณ ปัจจุบันนั้นแหละมาเล่าให้เราฟัง
หลวงปู่มั่นถึงบอกว่า ท่านฟังธรรมตลอด ๒๔ ชม. เพราะฉะนั้น
หลวงปู่มั่นท่านจึงไม่มีปัญหาอะไร ไม่ได้สงสัยอะไร เพราะธรรมชาติ
นั้นเฉลยมาหมดแล้วในทุกๆ เรื่อง ในทุกๆ อย่าง ไม่ว่าจะเป็นรูป
หรือรส เป็นกลิ่น เป็นเสียงก็มาสัมผัส ณ ปัจจุบันนั้นทั้งนั้น เพราะ
ฉะนั้นความจำหรือสัญญาจึงไม่เกิดประโยชน์อะไรกับเรา ไม่เกิด
ประโยชน์อะไรกับจิต สิ่งที่จะทำให้เกิดปัญญาได้ก็คือ ปัจจุบัน
ที่เราเห็นอยู่ เป็นความจริง ณ ปัจจุบันนี้

เช่นเวทนาที่เกิดขึ้น เมื่อที่เรานั่งฟังหลวงปู่ท่านเทศน์ว่า
เวทนาที่เกิดขึ้นนั้น ในขณะที่เราได้รับ ให้พิจารณาอย่างถ่องแท้
กับเวทนาตัวนั้น ว่ามันคนละอันกันจริงหรือไม่ ให้วิเคราะห์ใช้
วิจยญาณในการพิจารณาตามความเป็นจริง ทุกครั้งที่เวทนา
ได้เกิดขึ้นจริงๆ แล้วเวทนาไม่ได้เกี่ยวข้องกับจิตเลย คือ
ไม่ได้เกี่ยวข้องกับผู้รู้ จิตนั้นไม่เจ็บ จิตนั้นรู้เฉยๆ แม้แต่ตัวเจ็บเอง

ก็**ไม่รู้**ว่าตัวเอง**เจ็บ** แต่เค้าเป็นของเค้าอย่างนั้น ความ**เจ็บ**มัน
เป็นของตายต่างหาก และ**อวัยวะ**ส่วนที่**เจ็บ**นั้นก็**ไม่รู้**ว่าตัวเอง**เจ็บ**
เช่น **หนังไม่เจ็บ เนื้อไม่เจ็บ เอ็นไม่เจ็บ กระดูกไม่เจ็บ แต่มีอุปาทาน**
ตัวเดียวเท่านั้นที่**ไปสำคัญมั่นหมายว่าเราเจ็บ** ทั้งๆ ที่เราก็ก**ไม่มี**
มีแต่**จิต**เป็นผู้รู้เดียวๆ เท่านั้น

เมื่อ**จิต**เรายอมรับอย่างนั้น เห็นตามความเป็นจริงอย่างนั้น
เราไม่สามารถปฏิเสธคำสอนของพระพุทธเจ้าได้เลย ยอมรับ
ด้วยความเต็มใจ เชื่ออย่างสนิทใจ เชื่ออย่าง**ไม่มีความสงสัย**
แม้แต่น้อยภายใน**จิต** เมื่อเราสามารถเข้าใจเรื่อง**ขั้นที่ ๕** ได้แล้วว่า
ตาเห็นรูป รูปนั้นก็**เป็นธรรม** จมูกได้กลิ่น ลิ้นลิ้มรสอย่างที่ว่า
มันก็เป็น**ธรรมชาติ**ทั้งหมด **ไม่มีอะไรเป็นอะไร ไม่มีอะไรเป็น**
อุปสรรคกับอะไร ไม่มีอะไรขัดแย้งกับสิ่งใด ไม่ได้ปั่นเกลียวกัน
เลยระหว่าง**ขั้นที่**ทั้งหลายกับ**จิต** แต่**จิต**ที่มีกิเลสหรือ**จิต**ที่มี**ปัญหา**
มันจะปั่นเกลียวกับทุกสิ่งทุกอย่างที่มากกระทบ มันขัดแย้งไปหมด
เสียงดีก็พอใจ เสียงไม่ดีก็ไม่พอใจ จริงๆ แล้ว ความพอใจและ
ไม่พอใจมันก็เป็นอีก**ขั้นหนึ่ง**ต่างหาก ที่ต่างออกไปเป็น**ตัวที่ ๓**
จิตไม่ได้เป็นตัวพอใจหรือไม่พอใจ ยินดีหรือไม่ยินดี **จิตได้แต่รู้เฉยๆ**
รู้แล้วจบ รู้แล้วไม่คิดไม่ปรุงไม่อะไรทั้งนั้น หรือแม้คิดปรุงขึ้นมา
มันก็เป็นคนละอันกับ**จิต**อีก คือสังขารความคิดก็เป็นคนละส่วนกัน
มันเป็น**คนละส่วน**ทั้งหมดเลย ทุกสิ่งที่เข้ามากกระทบ**ขั้นที่ ๕**
ของเราหรือ**กระทบใจ**ของเรา **เปรียบเหมือนไม้ตีระฆัง**

ไม้ ระวัง และเสียง เป็นคนละอันกัน ส่วนเสียงที่ได้ยิน ในขณะที่หู
ของเราได้รับสัมผัสเสียงอันนั้นกังวานแล้วเงียบไป ก็เรียกว่า **เกิดดับ**
ซึ่งขั้นนี้ก็มีการเกิดดับทั้งนั้น

แต่จิตอันนี้ ซึ่งเป็นจิตที่เที่ยง **พระพุทธเจ้าสอนว่าจิตอันนี้
เป็นของเที่ยง** เสียงระฆังเกิดขึ้นก็รู้อยู่ เสียงระฆังดับไปก็รู้อยู่
เพราะฉะนั้นจิตจึงไม่ตาย เป็นของเที่ยงแท้แน่นอน รู้อย่างเดียว
เท่านั้น **เกิดก็รู้ ตายก็รู้ ไม่มีคำว่าดับ** ดังคำที่หลวงปู่ท่านบอกว่า
แม้จะตกนรกไปถึงแสนมหากัปป์ จิตก็ไม่มีคำว่าตาย แม้จะ
ขึ้นสวรรค์ไปถึงขั้น เป็นพรหมก็ขึ้น เมื่อหมดจากบุญ หมดจากวาสนา
จิตดวงนี้ก็ลงมาเสวยสิ่งที่เคยทำเคยสร้างไว้ ซึ่งส่วนมากเป็นบาป
ที่เราสร้างไว้ไม่มีประมาณ มันปฏิเสธไม่ได้เลย จิตต้องรับตลอด
ไม่ว่าดีหรือชั่ว แต่ชั่วมากกว่า สิ่งที่ไม่ดีมากกว่า เราเกิดมาไม่มี
ประมาณ เกิดมานับไม่ได้ ไม่รู้ต้นรู้ปลายมาจากเมื่อไหร่

เพราะการที่เราเข้ามาได้ยินได้ฟังพระธรรมคำสอนของ
พระพุทธเจ้านี้ เรามาเข้าใจตรงนี้ เรารู้ดีกว่า สิ่งเหล่านี้เราไม่เคย
เข้าใจไม่เคยรู้เรื่องมาก่อนเลย นับตั้งแต่ที่เราเกิดมา ก็เพียงวันนี้
เดี๋ยวนี้แหละ ที่เราสามารถมาเข้าใจและพิจารณาให้เห็นตามความ
เป็นจริงอย่างลึกซึ้ง เช่น เห็นว่าเวทนามันไม่ใช่เราจริงๆ อย่างนี้
สรุปออกจากใจนี้แหละ ว่ามันคนละชิ้นคนละอัน จริงอยู่เวทนานั้น
ไม่ได้หายไปไหน แล้วก็ไม่มีใครอยากพบไม่มีใครอยากเห็น

แต่จะอย่างไรได้ ในเมื่อเราสร้างกรรมมาแล้วเราก็ปฏิเสธไม่ได้
เวทนาเหล่านี้ก็ต้องล่องลอยมาให้เราเห็น ก็เพียงแค่เห็น **พระอริยะเจ้า**
ท่านก็เพียงเห็นแล้วก็จบ ไม่มีเจ้าของในเวทนาเหล่านั้น

ในโลกนี้ทุกสิ่งไม่มีใครเป็นเจ้าของเลย ไม่ว่าจะเป็น
รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณเหล่านี้ ไม่มีใครเป็นเจ้าของ
เพราะอะไร ก็เพราะมันไม่มีเรา พิจารณาหาเราแล้วหาไม่เจอเลยว่า
เรามันอยู่ตรงไหน เราลองวาดภาพไปดู ตรงนี้ก็เส้นผม ตรงนี้ก็ขน
อันนั้นก็เล็บ อันนั้นก็หนัง อันนั้นก็ฟัน กระดูก เอ็น สิ่งเหล่านี้ไม่มี
เจ้าของ แต่ความสำคัญมันหมายของ**อวิชชาที่มันครอบงำจิตใจ**
ของเรามานาน ทำให้เราเข้าใจผิดคิดว่าสิ่งเหล่านี้เป็นเรา นับตั้งแต่
รูปอันเป็นสิ่งหยาบๆ ละเอียดลงไปเป็นนามธรรม อันได้แก่ เวทนา
สัญญา สังขาร วิญญาณ อารมณ์ต่างๆ

เราสามารถมองตามเห็นตามความเป็นจริงว่า ชั้นนี้เหล่านี้
ไม่เกี่ยวกับผู้ใดทั้งนั้น ไม่เกี่ยวแม้แต่เรา เพราะเราก็ไม่มี หาเรา
ไม่เจอ อย่างที่ว่าเมื่อสักครู่ว่า **ร่างกายมันก็เป็นดิน น้ำ ลม ไฟ**
ผสมกันอยู่ ส่วนจิตก็เป็นแต่ผู้รู้ไม่มีเจ้าของอีกเหมือนกัน
จิตเป็นเพียงธรรมชาติอันหนึ่ง เปรียบเหมือนธาตุน้ำ ที่ไม่มีเจ้าของ
ไม่มีเราไปเป็นเจ้าของ ธาตุน้ำ ธาตุดิน ธาตุลม ธาตุไฟ ไม่เคย
มีเจ้าของเลยตั้งแต่ไหนแต่ไรมา **แต่ธรรมชาติหรือจิตอันนี้ ทำไม**
มันถึงมีเจ้าของ

มันเป็นเรื่องแปลก พอจิตเป็นของเรา รูปก็เป็นของเรา
เวทนาก็เป็นของเรา สัญญาความจำก็เป็นของเรา สังขารความคิด
ก็เป็นของเรา วิญญาณก็เป็นของเรา อารมณ์ต่างๆ เป็นเราหมด
ดีใจเสียใจเป็นเราทั้งนั้น แม้เราจะหิว เราจะอึด เรายาก เราจน
เรารูปร่างหน้าตาไม่ดี สิ่งเหล่านี้ก็เป็นเราขึ้นมาหมดเลย แต่ถ้าหาก
ว่าเราค้นหาต้นตอจริงๆ ว่าเราอยู่ที่ไหน เราพิจารณาหาตามความ
เป็นจริงดู มันไม่มีเรา เพราะจริงๆ แล้วสิ่งเหล่านี้ มันไม่เป็นไปตาม
เราคิดนึก ถึงแม้เราจะเคยคิดนึกตามครูบาอาจารย์ได้ แต่ว่าจิตไม่
ยอมรับ เมื่อจิตไม่ยอมรับ ถามว่าทำยังไงถึงจะให้จิตมันยอมรับ
อันนี้เราก็ต้องปฏิบัติไปพิจารณาไป ละตั้งแต่ขั้น ๕ เป็นต้นไป
หลังจากละขั้น ๕ ไปแล้ว มันก็เหลือจิตกับเราเท่านั้นแหละ ๒ ตัว
เท่านั้น

เมื่อมาพิจารณาถึงเรา พิจารณาถึงจิตจริงๆ อย่างที่ ครูบา
อาจารย์ท่านบอก **ที่พระพุทธเจ้าท่านสอนว่า เราไม่มี มีแต่ธาตุ
ธรรมชาติที่รู้อยู่เท่านั้น** เมื่อพิจารณาเห็นตามเป็นจริงตรงนี้ แล้ว
จิตก็จะยอมรับ **เมื่อจิตยอมรับความจริงนี้ ทุกสิ่งทุกอย่างเบา
หมดเลย มันเปิดโลกทั้งหมดเลย** สมมติที่เราคิดว่าเรารู้แล้วเรา
เข้าใจแล้ว ตามสัญญาที่เราเคยได้ยินได้ฟังมา มันไม่เป็นอย่างนั้น
แม้แต่หน่อยเลย ที่เราว่าเรารู้มัน เราไม่ได้รู้ ไม่ได้เข้าใจเลย แต่เมื่อ
เรามาพิจารณา เรากับจิตจริงๆ แล้วเนี่ย **เห็นตามความเป็นจริง
ว่า จิตนี้เป็นอิสระ จิตนี้เป็นธาตุหนึ่ง** เรายังกระเด็นออกจากจิต
เลยนะ คำว่าเราหายไปเลย กระเด็นออกไปเลย ในความรู้สึกของ

นักปฏิบัติจะเห็นว่าไม่มีเราจริงๆ เราลอยออกไปจากผู้รู้เลย ที่นี้ผู้รู้ก็เป็นอิสระ เป็นกลางๆ ที่ไม่มีเจ้าของ ความรู้สึกเช่นนี้ไม่เคยเกิดขึ้นในใจของผู้ปฏิบัติมาก่อนเลย ตามที่พระพุทธเจ้าท่านสอนไว้ เราสามารถพิจารณาตามความเป็นจริง เราก็จะเห็นไม่ขัด ไม่แย้ง ไม่ได้ ไม่เถียง กราบท่านได้อย่างสนิทใจ สิ่งเหล่านี้สามารถปฏิบัติได้ทุกคน ไม่ว่าหญิง ไม่ว่าชาย อย่างที่หลวงปู่ท่านว่าไว้เมื่อกี้

แม้แต่ฆราวาสที่ถือกันนักถือกันหนาว่า ฆราวาสไม่สามารถปฏิบัติให้ถึงมรรคผลนิพพานได้ อันนี้ก็ได้นึกคิดกันไป คาดหมายกันไป คิดว่าคงจะถึงไม่ได้หรอก เพราะเราไม่ใช่พระ เรายังมีกิเลสเต็มตัว เรายังมีครอบครัวที่ต้องรับผิดชอบอยู่ มันก็ปรุงไปจริงๆ แล้วสิ่งเหล่านี้มันเป็นความคิดเท่านั้นเอง เป็นความคิดที่กิเลสหลอกมา เป็นกิเลสตัวหนึ่งที่มันปั่นขึ้นมาเป่าหูเจ้าของว่าอย่าไปปฏิบัติเลย เกินบุญ มันเลยบุญเลยวาสนาของฆราวาสที่จะทำอย่างนั้นได้ แล้วเราก็มั่นใจอีก แทนที่จะฉลาดขึ้นก็โง่งมไปอีก หลอกเราให้ตกนรกหมกไหม้หมุนเวียนเปลี่ยนไปใน ๓ แดนนี้ จะทำความดีจะปฏิบัติพิจารณาให้เห็นตามความเป็นจริงมันก็มาขวางกั้นซะ เหมือนกับตัดหนามมาขวางทางตัวเองอย่างนั้น ขุดบ่อขุดเหวมาขวางเราไว้ **ด้วยความคิดนิดเดียวเท่านั้น มันก็สามารถปิดกั้นทางเดินของเราได้** นี่ก็เป็นคำสอนของพระพุทธเจ้า ที่ท่านพยายามจะแนะนำสั่งสอนเรา

อย่างความคิดที่ว่าฆราวาสเป็นอรหันต์อยู่ได้ไม่เกิน ๗ วัน
ก็ว่าไปอย่างนั้น อ่างพระไตรปิฎก ครูบาอาจารย์ท่านบอกว่า
พระไตรปิฎกใดก็ตามถ้าเพื่อเป็นก้างเป็นขวากเป็นหนามในการที่จะ
ให้เราเดินต่อไปข้างหน้าไม่ได้ นั่น ถือว่าเป็นก้างปลาที่เราไม่ควรจะ
เสกเข้าไป ไม่ควรกินเข้าไป เราผู้มีสติปัญญาก็ควรจะกินแต่เนื้อ
ปลาเท่านั้น เราไม่ควรจะกินก้างปลาเข้าไป สิ่งเหล่านี้เล่าลือกัน
กันว่า ฆราวาสอยู่ได้ไม่เกิน ๗ วันก็ต้องตายจากกันไป เพราะว่า
จิตไม่บริสุทธิ์ รู้ได้อย่างไรว่าจิตเค้าไม่บริสุทธิ์ **จิตเป็นธรรมชาติซึ่ง
บริสุทธิ์ผุดผ่องมาแต่ไหนแต่ไร ไม่มีอะไรในสมมุติ ที่จะไปเจือปน
จิตดวงนั้นได้เลย** ดังนั้นความคิดนี้จึงไม่เป็นความจริงแต่อย่างใด
เพราะสมมุติก็คือสมมุติ วิมุติก็คือวิมุติ ไม่สามารถที่จะเอาเหตุผล
ของสมมุติมาลบทำลายธรรมอันบริสุทธิ์นี้ได้ เพราะเป็นคนละมิติกัน

นี่ก็พูดตามที่พระพุทธเจ้าท่านสอนเรามา เป็นอย่างนั้น
ทุกคนสามารถพิสูจน์ได้ด้วยตัวเอง ไม่มีใครต้องเชื่อใครทั้งนั้น
พูดกันไปตามทาง เราก็สามารถเดินตามนี้ แล้วเห็นตาม
ความเป็นจริงนี้ได้ด้วยกัน คนร่ำ คนรวย คนยาก คนจน คนพิการ
แม้แต่യാจก ขอลานอะไรก็ตาม ก็สามารถเข้าถึงสิ่งนี้ได้ด้วยกัน
ทั้งนั้น เพราะทุกคนล้วนมีทั้งกิเลสและจิตด้วยกัน มันไม่มี
อะไรสกปรกหรอก **ไม่มีอะไรสกปรกแล้วก็ไม่มีอะไรสะอาด
ทุกอย่างเป็นกลางหมด** แม้แต่อุจจาระเองมันก็เป็นกลางของมัน



ใครละไปบอกว่ามันสกปรก เราเป็นผู้ไปบอกว่าสกปรก ถ้าเขาไม่สกปรกไม่เป็นอย่างนั้น เขาก็ไม่ใช่อุจจาระ ก็เป็นไปตามธรรมชาติของเค้า ทองคำก็ไม่มีใครไปบอกว่าเป็นทองคำ ว่าเค้าบริสุทธิ์ทุกอย่างมันเป็นไปตามธรรมชาติของเค้าอย่างนั้น ถ้าเราไปถามต้นไม่ว่าต้องการอะไรระหว่างทองคำกับอุจจาระ ต้นไม้ก็ต้องบอกว่าฉันเอาอุจจาระดีกว่า ซึ่งความต้องการของ ของแต่ละสิ่งแต่ละอย่างก็ไม่เหมือนกัน คุณหมอมีอะไรข้องใจที่จะถามแลกเปลี่ยนกันบ้างไหม ชัดแย้งได้นะครับชัดแย้งได้ เพราะการพูดธรรมะก็สงสัยได้ ไม่สอບไม่ถามก็ไมรู้



ถาม-ตอบปัญหาธรรม

คุณหมอ : คุณลุงก็พูดสิ่งที่มีนเป็นธรรมน่าฟังอยู่แล้ว ฟังแล้วก็รู้สึกดี

คุณลุง : บางครั้งผมก็ไม่ต้องการที่จะพูดตรงนี้มากนัก เพราะว่าบางทีคนก็หลากหลาย บางคนก็อาจจะหาว่าอวดรู้ อวดเห็น พูดเกินตัว แต่บางคนถ้าฟังด้วยใจที่เป็นกลางๆ แล้ว ก็จะเห็นได้ว่าสิ่งเหล่านี้เป็นคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าทั้งหมดเลย คือธรรมะไม่มีของใคร ธรรมะที่เป็นธรรมชาติ เปิดเผยอยู่กลางแจ้งโดยที่ไม่มียิ่งใดปกปิดไว้





คุณหมอ : ขออนุญาตครับ คือตรงที่คุณลงพูดว่า แม้กระทั่ง
ธรรมชาตินี้ คือ ดิน น้ำ ลม ไฟ มันไม่เคยบอกว่ามัน
เป็นของเรา

คุณลุง : อืม มันไม่มีเจ้าของ

คุณหมอ : แล้วคุณลุงก็พูดต่ออีกคำหนึ่งว่า แม้กระทั่งธรรม
ชาตุนี มันก็น่าแปลกนะ มันมาว่ามันเป็นเราตั้งแต่
เมื่อไหร่ พอพูดปั๊บ ในใจผมมันหลุดไปเลยนะ
แล้วคุณลุงก็พูดต่อว่า มันหลุดจากความเป็นเราไปแล้ว
มันสบาย คือคุณลุงพูดเรื่องของผมในขณะนั้นเลย
เป็นอย่างนั้นจริงๆ แล้วก็ รู้สึกว่าที่คุณลงพูดมันถูกต้อง
หาฟังได้ยาก ถ้าไม่ใช่ผู้ปฏิบัติแท้ๆ แล้วพูดไม่ได้
หรอกครับ แล้วก็ ผมมาครั้งนี้ ครั้งที่แล้วพอกลับจาก
คุณลุงไป ใจของผมมันสบายไปตลอดนานเป็น
อาทิตย์ๆ เลย เสร็จแล้วเนี่ย พอผมมานั่งอ่านหนังสือ
เตรียมสอบ ประกอบกับช่วงนี้เลี้ยงลูกและมีภาระเยอะ
ผมก็รู้สึกหงุดหงิดลำบากใจ แต่ในขณะเดียวกัน
ก็พยายามภาวนาอยู่ แต่มันภาวนาไม่ก้าวหน้า
แต่อันหนึ่งที่มันเด่นคือ จิตนะมันสงบ เวลาผมนอน
ลงไปนี่หลับตาปั๊งบ มันเหมือนกับกายหายไปเลย
จิตเด่นจริงๆ สงบจริงๆ แต่มันเหมือนหัวตอ





ช่วงที่ผ่านมาเนี่ยเป็นอย่างนั้นเลย ผมคิดอยาก
จะมาภาวนาที่คุณลุง ก็รอวันนี้ละครับ และไม่ผิดหวัง
นะครับ พอนั่งแปะลงมาปั๊บอาการที่เป็น มันก็ค่อยๆ
หายไปเลย คือพอมานั่งตรงนี้นะฮะนั่งกับคุณลุงมัน
ก็ค่อยๆ เบาลไปเรื่อยๆ โล่งไปเลยนะ คืออย่างที่
ครูบาอาจารย์ท่านพูด **กาลเวลา บุคคลสถานที่** จริงๆ
คือมาหาคุณลุงเมื่อไรได้ผลทุกครั้งเลย อย่างที่คุณลุง
พูดมาเมื่อกี้นี้ใช่เลย คือจิตใจเราเนี่ยยิ่งฟังยิ่งสงบ
เหมือนกับฟังหลวงพ่อก็เหมือนกัน ฟังแล้วมันเป็น
อย่างงั้นเลย

คุณลุง

: คือจิตที่หมดภาระ จิตที่แม้ยังไม่หมดภาระ ถ้ารวมตัว
เป็นหนึ่ง แล้วนี่จะมีความรู้สึกอย่างที่คุณหมอบอกว่า
มันเหมือนไม่มีกายเลยนะ

คุณหมอ

: พอนอน หลับตาปั๊บกำหนดนิดเดียว ปึ๊กเลย แน่น
เปี้ยะเลย หลับไปเลย

คุณลุง

: ดีมากเลย ดีมากเลย

คุณหมอ

: แต่วามันได้แค่นั้นไม่มีอะไรที่ก้าวหน้า เป็นประโยชน์
เลย



คุณลุง

: คืออย่างนั้นะคุณหมอ คำว่าก้าวหน้านั้นเป็นการส่งจิตออกข้างนอกไป คือเราไปคาดหวังว่า ข้างหน้าคงดีกว่านี้ แต่อย่างที่ผมบอกเมื่อกี้แล้วว่า **ปัจจุบันธรรม** มันก็คือ ที่คุณหมอเห็นจิตในขณะที่เรากำลังสงบนี้ แต่แล้วเราก็ไม่พอใจในสิ่งที่เราเห็น ณ ปัจจุบันนั้น กลับไปคว้าสัญญาเก่าๆ มาคิดมานึกว่า เออ ทำอย่างนี้มันเป็นหัตถอ แต่จริงๆ แล้ว ตรงนี้เลิศ ประเสริฐที่สุดเลย เลิศตรงไหน เลิศที่จิตมันรู้ อยู่นี้แหละ เราทำทุกอย่าง ไม่ว่าจะทำทาน รักษาศีล บำเพ็ญภาวนา ความดีทั้งหลายทั้งปวง การฟังธรรม ก็เพื่อตัวนี้ตัวเดียวเท่านั้น ถ้าเมื่อคุณหมอเข้าใจถึงรู้ตัวนี้แล้ว จิตไม่ฟุ้งซ่าน จิตไม่ไปไหนก็แสดงว่ามันลงตัว มันไม่มีปัญหา เมื่อจิตไม่มีปัญหามันก็สงบ ถ้าจิตมีปัญหา มันก็แกว่งออกไป กระจายออกไป พอหมดปัญหาปั๊บ จิตก็มารวมตัวเป็นหนึ่งเดียว เรียกว่า จิตสงบ และตรงนี้คือ ยอดแห่งบุญ ยอดแห่งศาสนาก็อยู่ตรงนี้ ถึงแม้จะยังไม่จบสิ้น อันนี้แหละถือว่าเป็นแก่นของศาสนาที่แท้จริงเลย

พระพุทธเจ้าต้องการให้เรารู้ตรงนี้เท่านั้น ถ้าเชื่อว่า จิตตัวนี้มันไม่มีเราเป็นเจ้าของ อย่างที่คุณหมอเข้าใจ จิตมันจะเป็นอิสระจากชั้นทุกชั้น



อย่างไม่มีปัญหาใดๆ ทั้งสิ้น ปัญหาที่มีนั้นก็แค่เรา
เข้าไปเป็นเจ้าของจิต **พอมิเราเข้าไปเป็นเจ้าของจิตปั๊บ**
ทุกอย่างมันเป็นเราหมด ไม่ว่าจะเป็นจิต เป็นรูป
เป็นเวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ ความพอใจ
ไม่พอใจอะไรต่างๆ โลกทั้งโลกมันก็เป็นเราไปหมด
เพราะอะไร ก็เพราะมันมีเราตัวเดียวเท่านั้น **คำว่า**
“เรา” นี่แหละก็คือ อวิชชาตัวใหญ่

แต่หากว่าเราสามารถปฏิบัติเข้าถึงหลักตัวนี้
ที่แท้จริง ซึ่งเป็นหลักละเอียดที่สุดเท่าที่เราปฏิบัติมา
และที่**พระพุทธเจ้าท่านสั่งสอน ละเอียดที่สุด ก็คือ**
อวิชชาเท่านั้นละ เราจะรู้ตรงนี้ได้อย่างไร ครูบาอาจารย์
ท่านพูดมันก็เป็นแบบแปลน มันเหมือนท่าน
ทำกับข้าวไว้ให้เราทาน จานใหญ่เลย แต่เมื่อเราไม่ได้
ทานเราก็ไม่รู้หรอกว่ามันอืดแค่ไหน เมื่อเราได้
รับประทานเข้าไปเราจะรู้เลยว่าความอืดมันเป็นอย่างไร
เราไม่สามารถกินแทนได้ พระพุทธเจ้าไม่สามารถ
มาทานข้าวแทนเราได้

เพราะฉะนั้นความอืด หรือการที่**ไม่มีเรา เรา**
ต้องเห็นด้วยตัวเองว่า มันไม่มีเราจริงๆ พระพุทธเจ้า
ท่านสอนว่า มันไม่มีเรา แต่ถ้าหากว่าเราไม่สามารถ



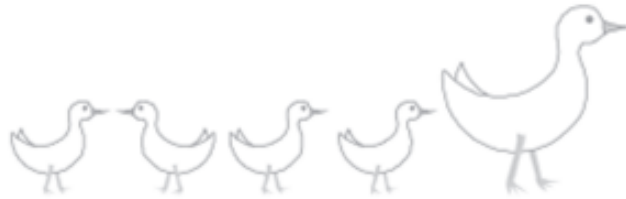
พิจารณาให้ขาด ให้จิตยอมรับว่ามันไม่มีเราเป็นเจ้าของ
เราจริงๆ ไม่ว่าสิ่งใดสิ่งนั้น โดยเฉพาะจิตนี้ เอาเฉพาะ
ชั้น ๕ ก่อนแล้วกัน ไปตั้งแต่รูปที่มันเป็นเรา เช่น
ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง สิ่งเหล่านี้เมื่อตายไปแล้ว ไม่มี
ผู้รู้แล้ว เอาไปเผา มันไม่เห็นเป็นเราเลยนะ

ถ้าหากว่าเราพิจารณายาวต่อไป **ทวนแล้วทวน
อีก ซ้ำแล้วซ้ำอีก จิตจะยอมรับว่ากายมันไม่ใช่เรา
จริงๆ** เรา คือ ความรู้สึกนี้ อย่างที่คุณหมอบอกว่า
เวลานอนนี้มันเหมือนไม่มีกาย ก็เพราะจิตไม่ไปสนใจ
กับกาย จิตสนใจแต่จิต เหลือแต่จิตล้วนๆ มันเป็นเรื่อง
ที่บอกให้เราเห็นชัดๆ ว่าจิตกับกายเป็นเพียงอาศัย
อยู่กันเพียงชั่วคราวเท่านั้นเอง



**กายนี้เหมือนบ้านที่เราเดินมาพัก ถึงเวลาแล้ว
เราก็ต้องจากกายนี้ไป จากบ้านนี้ไปอย่างแน่นอน**
ถึงเราไม่จากมัน มันก็จากเราแน่ๆ กายนี้ไม่อยู่ให้เรา
เซซมอยู่อย่างนี้ตลอดไป เฉลี่ยแล้วก็ไม่เกิน ๘๐ ปี
อย่างที่คุณหมอนั้นแหละ ก็ต้องไปด้วยกันทั้งนั้น
พัง วิบัตินะ กายนี้ต้องวิบัติแน่นอนไม่ว่าวันใดก็วันหนึ่ง
ไม่ช้าก็เร็ว เพราะฉะนั้นเราไปเหมาว่า สิ่งที่มีวิบัตินี้
เป็นเราได้้อย่างไรกัน

จิตไม่เคยตาย เกิดมาไม่รู้ประมาณแล้ว ไม่รู้
กัณฐกัษัตริ เป็นมาทุกอย่าง ไม่ว่าจะเป็นมด เป็นปลวก
เป็นกิ้ง เป็นหอย เป็นปู เป็นปลา เป็นเบ็ด เป็นไก่
เป็นหมู แม้แต่เทพเทวา พระเจ้าแผ่นดิน เราก็คือเป็นมา
แล้วไม่น้อยเลยทุกภพทุกชาติ นราก็ไปเยี่ยมเยียน
มาจนเคยชิน ปัญหามันอยู่ที่ **“เรา”** ตัวเดียว
ถ้าเพื่อไม่มีเราแล้ว สิ่งเหล่านั้นจบ จบเลย



เมื่อขั้นที่ ๕ หลุดไป อย่างน้อยก็พระอนาคามี
ผลแล้วละ เพราะพระอนาคามีละขั้นที่ ๕ ได้แล้ว
ยังเหลือเรากับจิต เรียกว่าเหลือภพเดียว ก็คือภพ
ของเรา หรือภพของจิตที่ยังเป็นอวิชชาอยู่ จิตที่
โดนอวิชชามันชี้หัวอยู่ ชี้ออกอยู่ บังคับให้คิดนู่นคิดนี่
บังคับให้ทำอย่างนั้นอย่างนี้ ใจตัวที่มันชี้คือนั่นแหละ
เรียกว่า **“เรา”** ส่วนจิตเองก็เป็นธรรมชาติที่รู้
มีอยู่ทั่วไป และมีอันเดียวเท่านั้น จิตเป็นหนึ่งเดียว
เท่านั้น จิตคือพุทธะ ท่านว่า จิตพุทธะกับจิตมดแดง
นี้เป็นจิตเดียวกัน คือพุทธะ เพราะฉะนั้นท่านถึง

บอกว่าอย่าสับสนประมาทซึ่งกันและกัน เพราะเป็นจิต
หนึ่งเดียวเหมือนกัน ลักรวันหนึ่ง มดแดงมันก็อาจ
จะหลุดพ้นจากวิบากเหล่านั้นขึ้นมาเป็น เข้ามาถึง
นิพพานได้ คือ เข้ามาถึงจิตที่บริสุทธิ์ได้ เพราะมีพุทธะ
ด้วยกัน ลักรโลกทุกตัว ต้องมาใช้รู้อันนี้แหละ ใช้
อันเดียวกัน เพราะฉะนั้นท่านถึงบอกว่าไม่มีหญิง
ไม่มีชาย อันนี้สมมติทั้งนั้น เป็นสมมติทั้งปวงเลย

คุณหมอ

: แต่ผมรู้ตัวนะครับคุณลุง ว่ามันยังไม่ใช่ เพราะว่าเวลา
ผมเอาจิตออกมาทำงาน เพราะว่าผมยังต้องทำงานอยู่
และก็มีเรื่องอีกหลายเรื่องที่ผมยังอยากจะทำ เวลา
ผมเอาจิตมาทำงานผมรู้ว่าศักยภาพข้างในจิตของผมมัน
มีมากกว่านี้ แล้วก็ผมรู้ว่าการภาวนานี้มันมีต่อไปอีก
คือผมรู้อย่างนั้นนะครับ ในใจของผมเองนี้ แล้วก็อย่าง
มาภาวนาที่คุณลุงวันนี้ ผมก็รู้ด้วยว่าจิตของผมมันดีขึ้น
เยอะเลย หลักฐานยืนยันก็คือว่า เวลาผมมีปัญหา
คุณลุงเปิดเทปหลวงพ่อก็ให้ฟัง

ผมพิจารณาของผมอย่างที่คุณลุงบอก อย่างที่
หลวงพ่อบอกท่านสอน พิจารณาไปมันมีหลายตอนที่มา
สัมผัส หรือแม้กระทั่งที่คุณลุงแนะนำมานี้ มีหลายตอน
ที่มาสัมผัส พอไปถึงเดี๋ยวจะครับคุณลุง โอ้โฮ ผมไม่อยาก



จะพูด มันตื้นตันใจ อย่างเช่นว่า เมื่อที่คุณลုပ်อก
ผมบอกว่า เอ้อ มันเหมือนเงาอะ มันใช่เลย เพราะว่า
เมื่อที่ผมพิจารณาเรื่องสัญญาสังขารอยู่ เพราะว่าอันนี้
ที่กวนใจผมนะฮะ คือเวลาที่ผมคิดอะไรออกไปแล้วนี่
คือบางทีผมจะกำหนดพิจารณาให้เห็นว่าไอ้นี้ มันไม่ใช่
เรา มันไม่ได้ เพราะว่ามันยังเป็นเราอยู่

คุณลုပ် : ใช่

คุณหมอ : แต่ว่าตอนที่ผมนั่งรถมานี้ หลวงพ่อท่านบอกว่าไอ้นี้มัน
เป็นเงา และเมื่อที่คุณลုပ်บอกว่ามันเหมือนกระจก
สองอันนี้มันเข้ามาอยู่ด้วยกัน มันใช่เลยไง พอจิตมัน
กำหนดว่าไอ้ความคิด ความจำ มันเหมือนกับเงาใน
กระจกแล้ว มันจบเลยนะครับ คือ ไอ้นั้นนะมันเป็น
เงา จิตนะมันเป็นจิต มันแยกกันเลยนะฮะ พอฟัง
ยังงี้ปั้งเลยนะครับ

คุณลုပ် : ถูกแล้ว แต่ที่นี้ว่า อย่างที่คุณหมอบอกก็ถูก ว่าผมยังมีอยู่ อันนี้มันแน่ละ สิ่งเหล่านี้ต้องพิจารณาให้ยอมรับ
ตามความเป็นจริงอย่างที่ว่า

คุณหมอ : ครับ





คุณลุง : ถ้าหากว่าจิตไม่ยอมรับ แม้ใครจะพูดอย่างไร หรือ
คุณหมอมะพิจารณาอย่างไร ถ้าจิตไม่ยอมรับ มันก็ไม่
เกิดประโยชน์ ไม่เป็นธรรม

คุณหมอ : หรือแม้กระทั่งว่า ขออนุญาตนะครับคุณลุง หรือแม้
กระทั่งว่า เมื่อที่ผมพิจารณาตอนที่คุณลุงเปิดเทป
หลวงปู่ ผมกำหนดไปที่ว่าครูบาอาจารย์ท่านบอกให้
พิจารณากายเยอะๆ ท่านถามผมมาตั้งหลายครั้งแล้ว
ว่า “**เห็นกายตัวเองเป็นอสุภะแล้วหรือ**” เห็นแล้วหรือ
ผมก็เจียบเลย จ้อยเลย ตอนนั้นนี่ คือแต่ช่วงที่
ผ่านมา ผมก็พยายามพิจารณาอย่างนั้น เมื่อถึงนี่นะฮะ
ผมมานั่งตรงนี้ ผมพิจารณาออกไปว่าตอนนี้จริงๆ
ชนมันไม่รู้เรื่องอะไรเลย พอจับชนนี้นะฮะ เรารู้เลย
นะว่าชนมันเป็นแท่งตันๆ

คุณลุง : อืม ถูกแล้ว

คุณหมอ : มันไปทั้งตัว พอมันไปทั้งตัวนี้ มันแยกออกมาจาก
ใจเลย

คุณลุง : อืม





คุณหมอ : คือ แยกเลยนะครับ เมื่อกี้เนี่ย พอมันแยกออกมายังงี้
ปั๊บ มันเหมือนกับว่า แล้วพอดีหลวงพ่อกำนันพูดมาคำนึง
ว่า ในที่มืด มันจะมืดมากก็กับปึกก็กลับก็ช่าง **แต่พอแสง
สว่างมา ความมืดมันก็หายไป** มันก็สว่างโพล่งขึ้นมา
ทันที แล้วมันก็ได้มานับว่ามันมืดมานานเท่าไร
มันสว่างแล้วก็แล้วกัน นี่มันมีตั้งหลายตอนที่ฟังไป
แม้กระทั่งที่คุณลุงพูดเองนี่มันก็ต้องหลายคำที่มันมา
สัมผัสในใจ พอสัมผัสปั๊บนะได้เรื่องเลย ได้เรื่องทันที

คุณลุง : ถูกแล้วปัญญากเกิดขึ้นในขณะที่เราเข้าใจนี้แหละ
ค่อยๆไปนะคุณหมอ ตรงนี้แหละคือสิ่งที่เราปรารถนา
คือความเข้าใจ ความเข้าใจนี้สามารถฆ่ากิเลสได้
แต่สมาริก็เป็นเพียงความสงบ เพื่อให้เราสามารถจับ
กิเลสไปเชือดทีละตัวๆได้อย่างสบาย เหมือนน้ำใน
หนองนะ ถ้าเราสามารถวิดน้ำในหนองออกไปได้
การที่เราจะจับปลาก็ง่ายที่สุด เพราะฉะนั้นเราต้อง
ค่อยๆ ในการที่จะตักน้ำออกไปให้หมด **การตักน้ำออก
ไปก็เปรียบกับการทำสมาธิ เพื่อเอาความคิดออกไป**
**เอาออกไปให้เหลือน้อยที่สุด เมื่อความคิดหรือความ
ฟุ้งซ่านเหล่านั้นออกไป เราก็สามารถเห็นตัวจิต
ซึ่งเปรียบเสมือนกับปลา เห็นมันได้ชัด เมื่อเห็นชัด
เราก็เอาตรงนั้นมาพิจารณาว่า จริงๆ แล้วมันมีเรา
เป็นเจ้าของหรือไม่**



อันนี้ก็เป็นการพูด เพื่อให้เห็นขั้นตอนในการที่เราต้องเดินต่อไป ถึงแม้ตอนนี้เรายังไม่ถึงตรงนั้น แต่เมื่อคุณหมอบปฏิบัติไปจนไปเข้าถึงตรงนั้น คุณหมอก็จะจำคำพูดของครูบาอาจารย์ที่ท่านพูดเอาไว้ได้อย่างถูกต้อง คุณหมอก็พยายามทำอย่างนี้ต่อไป ซึ่งไม่ต้องนับกาลเวลาละ มันมากมันน้อยแค่ไหน ทำไปอย่างนี้ทำไปเรื่อย บุญกุศลเกิดขึ้น เกิดขึ้นตรงที่เราเข้าใจนี้แหละ เข้าใจครั้งหนึ่ง มันตัดภพตัดชาติไปไม่มีประมาณเลย คุณหมอ

เพราะฉะนั้นความเข้าใจธรรมในแต่ละครั้งนับเป็นบุญอันมหาศาล ไม่มีบุญอันไหนที่จะใหญ่ยิ่งเท่านี้อีกแล้ว อย่างเมื่อครั้งสมัยพุทธกาล ฟังเทศน์พระพุทเจ้าไม่กี่คำก็หลุดเข้าถึงมรรค ผล นิพพานได้ เพราะฉะนั้น ตรงนี้เป็นการยืนยันว่า การฟังธรรมนี้มีประโยชน์ที่สุดเลย ถ้าหากว่าเราไม่ได้ยินจากครูบาอาจารย์แล้วนี้เราไม่มีโอกาสที่จะฟื้นฟูจิตใจได้เลยนะ ยกจิตใจเราให้ข้ามสมมติไป มันแสนยากที่สุด ทำไมเราถึงจะข้ามแดนทั้งสามนี้ไปได้ ก็มีสวรรค์ มนุษย์ นรก ก็ข้ามด้วยความเข้าใจธรรมที่พระพุทเจ้ามาเผยแพร่นี้ นับว่าเราก็มีบุญมีวาสนากันพอสมควร ได้มาพบพระพุทศาสนา ได้มาพบ

ครูบาอาจารย์ที่ท่านสามารถแนะนำให้เราเข้าใจตรงนี้ได้ นับเป็นบุญกุศลมหาศาล

ก็นี่แหละคุณหมอปฏิบัติมาก็ถูกต้อง พยายามต่อไป เต็มวันก็จะปรากฏขึ้นที่ใจคุณหมอเองว่าอะไรมันเป็นอะไร โดยที่เราไม่ต้องถามใครเลย ครูบาอาจารย์ท่านบอกว่ามันเหมือนกินข้าว อิ่มแล้ว **ไม่ถามใครว่าผมอิ่มหรือยัง?** นี่ไม่ถามเด็ดขาดเลย เหมือนมรรคผลนิพพาน พอเข้าถึงปั๊บ **ไม่ถาม ไม่สงสัย ไม่มีอะไรที่จะเคลือบแคลงจิตเลยว่า** เอ๊ะนี่ ผมถึงนิพพานไหมนี่ **คือ จริงๆ แล้วมันไม่มีผมนะ ถึงจิตก็คือถึง ถ้าเผื่อไม่มีเรา ที่มันไม่ถึงก็** **เพราะว่ามันมีเราเป็นเจ้าของจิต เป็นเจ้าของนิพพาน** อยู่ พอไม่มีเรามันก็ไม่อยากนิพพานอีกนั่นแหละ ไม่อยาก ไม่เป็น ไม่ไปอะไรทั้งนั้น อยู่กับที่ แค่นี้เท่านั้น ท่านถึงบอกว่า **นิพพานนี้ไม่สูญ** ไม่ใช่นิพพานสูญ แล้วท่านก็ไม่ได้สอนต่อไปอีกนะว่า ข้างหน้านั้น มันจะเป็นอะไร เพราะว่ามันเกินกว่าที่เราจะเข้าใจในสิ่งเหล่านั้น แต่ท่านบอกว่ามันสุขที่สุดนะ **ไม่มีสุขใดในสมมตินี้จะเป็นสุขเท่าพระนิพพานได้** ท่านว่าอย่างนั้น

นักปฏิบัติสามารถเห็นได้ รู้ได้ ณ ปัจจุบันนี้ก็คือ
รู้ที่ไม่มีอะไรมาเกี่ยวข้อง ไม่มีรูป ไม่มีเวทนา ไม่มี
สัญญา ไม่มีสังขาร ไม่มีวิญญาณเข้ามาเกี่ยวข้อง เห็น
ก็สักแต่ว่าเห็น แต่ใจมันรับแล้วว่าเวทนานั้นไม่ใช่เรา
มันเป็นสิ่งหนึ่งที่ปรากฏให้เราเห็นเท่านั้น มันไม่มี
เจ้าของ ไม่มีอะไรเป็นอะไร ไม่มีอะไรเป็นอุปสรรคกับ
อะไร ไม่มีอะไรเป็นศัตรูกับอะไร ไม่ว่าจะป็นจิตหรือ
กองสังขารทั้งหลาย ไม่เป็นอุปสรรคต่อกัน ไม่เป็น
ศัตรูกัน ต่างอันต่างอยู่ ต่างอันต่างเป็น ต่างอัน
ต่างไปตามธรรมชาติ เหมือนไฟกับน้ำอยู่ด้วยกันโดย
ไม่มีปัญหาอะไรเลย อยู่อย่างนี้มานานแล้ว ดาวกับเดือน
อยู่ด้วยกันมานานแล้ว ไม่มีปัญหาทะเลาะเบาะแว้งกัน
เลย เพราะอะไร ก็เพราะว่าดวงเดือนนั้นไม่มีเราเป็น
เจ้าของ ดวงดาวนั้นไม่มีเราเป็นเจ้าของ ก็อยู่ด้วยกัน
อย่างเฉยๆ สายลมแสงแดดก็อยู่ร่วมกัน ไม่มีอะไร
เป็นอะไร

เพราะฉะนั้น พระอรหันต์สมัยพุทธกาลอยู่
ด้วยกันตั้งสี่ห้าร้อยองค์ **ไม่ทะเลาะเบาะแว้งกันเลย**
เพราะจิตท่านบริสุทธิ์ ท่านมีความเข้าใจอย่างชัดเจน
แต่พ่อแม่ครูอาจารย์บางครั้งท่านดูเอา ท่านก็เอาธรรม
มาดู ไม่ได้เอาจิตเอาใจอะไรของท่านมาดูเลย ว่ากันไป

ตามถูกต้อง อันไหนมันผิดท่านก็สอนว่า นี่มันผิด
ไม่ถูก ก็พูดไปตามธรรม แต่บางครั้งท่านแสดงกิริยา
อาการ มันก็เป็นธรรมชาติตัวหนึ่ง ซึ่งเราก็ไปมองท่าน
ชะว่า โอ้ยท่านองค์นี้ดู องค์นั้นว่าเอา อะไรท่านองนั้น
จริงๆ แล้วก็ไปไปตามธรรม ธรรมชาติ คำพูดบางครั้ง
สมมติว่าเราจะไล่อะไรบางอย่าง หากพูดเพราะๆ
“ไปเถอะนะ” สัตว์ทั้งหลายมันก็คงไม่ไป ต้องใช้น้ำเสียง
ที่ดู ซึ่งจริงๆ แล้วก็ไม่ได้ดู เพียงแต่ต้องการให้มันหนี
ไปเท่านั้น ครูบาอาจารย์ก็สมมติอย่างนี้ เพื่อความ
ถูกต้องตามความเป็นจริง



คุณหมอบุญบัตินี้ได้ดั้นด้นที่เล่ามานี้ ก็อย่างนี้
เห็นตามความเป็นจริงนี้ว่า รู้มันไม่ได้เกี่ยวข้องกับ
อะไร คือสมมติว่ารู้กับเสียงนี้ ถ้ามันไม่มีเราเข้าไป
เกี่ยวข้อง คือไม่มีตัวที่สามมาคอยยุแหย่ รู้กับเสียง
มันก็จบแค่นี้ แต่ถ้าเรามีเราเข้าไป เสียงนั้นก็เป็น
เสียงดี เสียงไม่ดี เพราะเราไปบอกมันว่ามันดี และ
ไม่ดี อย่างนี้ฉันชอบ เสียงนี้ฉันไม่ชอบ มันมีปัญหา
ขึ้นมาเพราะตัวที่สาม ตัววุ่น ตัวกิเลสนั้นแหละ จิต
พระอรหันต์ท่านได้ยิน มันก็เสียงเดียวกันหมด
เสียงดำ เสียงสรรเสริญ เป็นเสียงเดียวกัน เหมือน
เสียงนกเสียงกา เสียงเขาด่าก็เหมือนกัน ท่านฟัง

อย่างนั้นนะ ท่านฟังอย่างไม่มีตัวตน สมัยก่อน
ครูบาอาจารย์ท่านบอกว่า ถ้าพูดถึงพระอรหันต์นี้
ท่านไม่มีคำว่าต่ำกว่า ไม่มีคำว่าดีกว่า ไม่มีคำว่าเสมอ
ครูบาอาจารย์ คือไม่ด้อยกว่าครูบาอาจารย์ ไม่เหนือ
กว่าครูบาอาจารย์ แล้วก็ไม่ได้เสมอกับครูบาอาจารย์
เราฟังแล้วเราก็งงนะ เอ๊ะถ้าอย่างงั้น มันยังงัยกัน
ไม่ต่ำกว่า ไม่เหนือกว่า และก็ไม่ได้ดีกว่า มันยังงัยกัน
มันงง พอปฏิบัติเข้าจริงๆ เราก็สามารถเข้าไปถึงว่า
ก็มันไม่มีตัวตนจะไปวัด ไม่มีเราเข้าไปวัดว่า เราต่ำกว่า
เราเหนือกว่า เราดีกว่า ท่านองนั้น เหมือนไม้สั้นกับ
ไม้ยาว ๒ ดุ้น มันไม่มีตัวไปบอกว่าไม้ตัวนี้สั้นกว่า
แก่สั้นกว่านั้น ฉันทายกว่าแก ไม้สั้นก็คือไม้สั้น
ไม้ยาวก็คือไม้ยาว ไม่ได้มาแข่งขันกันเลย รู้ก็เช่นเดียว
กันนั้นแหละ รู้ของท่านกับรู้ของพระอรหันต์ ก็คือ
ไม่มีเรา หากเราไปบอกสั้น บอกยาว บอกดี บอกต่ำ
บอกสูง บอกเสมอ มันก็คือ อุปาทานตัวนี้ละ คือ
ความจำเข้าใจผิดคิดว่าเราเป็นเจ้าของจิตนั้น ลำคัญ
มากเลย **ถ้าเราเป็นเจ้าของจิต ก็วุ่นวายไม่มีประมาณ**
แต่ถ้าไม่มีเราเป็นเจ้าของจิตแล้ว มันแสนสบาย ไม่มี
อะไรที่จะเบา ไม่มีอะไรที่จะเป็นกลาง ไม่มีอะไร
ที่เป็นธรรมยิ่งกว่านี้อีกแล้วในความรู้สึกของ
นักปฏิบัติทั่วไป

สรุปก็คือว่า ให้เราพิจารณารูป พิจารณาเวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ ว่ามันเป็นเราจริงไหม มันใช่เราจริงหรือเปล่า เมื่อเข้าใจชั้น ๕ แล้วว่ามันไม่มีเรา นี่ มันก็เหลือจิตกับเราเท่านั้นแหละทีนี้ มันมี ๒ ขั้นตอนเท่านี้ เมื่อมันเหลือจิต คือละชั้น ๕ ได้แล้ว วางชั้น ๕ แต่คำว่าวางชั้น ๕ นี่ต้องเข้าใจว่า ชั้น ๕ ทั้งหมดมันยังอยู่นะ ทั้งรูปก็ยังอยู่ ทั้งเวทณาก็ยังอยู่ สัญญาก็ยังอยู่ สังขารก็ยังอยู่ วิญญาณก็ยังอยู่ แต่ว่ายังอยู่นั่นแหละ อยู่แบบเราปล่อยวาง อยู่แบบปล่อย ก็คือรู้เข้าใจว่า ไม่มีเราเป็นเจ้าของชั้น ๕ แต่ก็ยังใช้ชั้น ๕ อยู่ เพราะยังอยู่ในสมมติ ยังไม่ตาย ก็ต้องใช้จนกว่าชั้น ๕ มันจะดับไปของมันเอง สรุปก็คือเมื่อหมดชั้น ๕ ไปแล้วก็เหลือเพียงจิตกับเรา เราก็พยายามเอาเราออกจากจิต มีวิธีการพิจารณาหลายๆ ด้าน ก็ตอนนั้นเอาไว้ทีหลังแล้วกัน เอาไว้คุยกันอีกทีหนึ่ง ครูบาอาจารย์ท่านก็เล่าให้ฟังเยอะ สอนเอาไว้เยอะ ค่อยทำไป ถึงตรงไหนเรารู้ของเราเองนะคุณหมอ คนอื่นมารับรอง เราไม่ได้หรอก ก็ดี ผมว่าคุณหมอบริบัตได้ดี เดินได้อย่างถูกต้องแล้ว

คุณหมอ : คือช่วงนี้ผมได้มีโอกาสคุยกับหลายคนที่สนใจ ผมก็พยายามพูดให้เค้าเข้าใจ คนพวกนี้ต้องพูดแบบวิทยาศาสตร์ แล้วหลายคนก็สนใจมาก ผมว่าอันนั้น



อาจจะเป็นอานิสงส์ด้วย ที่ทำให้ช่วงนี้ผมภาวนาก็
ก้าวหน้าดี

คุณลุง : ก็ดีครับ ช่วยๆกันเผยแพร่พระพุทธศาสนา นับว่าเป็น
บุญของเราอีกส่วนหนึ่ง เพราะว่า การได้สันทนาธรรม
นับว่าเป็นการฟื้นฟูจิตใจของเราไปด้วย

คุณหมอ : เพราะว่าเวลาผมไปอธิบายให้เค้าฟัง บางทีนะฮะ อย่าง
ที่ท่านหลวงพ่อบุญรอด ท่านพูด คือ ผู้พูดก็โพล่งขึ้นมา เราเอง
ต่างหากกลับเข้าใจลึกซึ้งขึ้นไปอีก

คุณลุง : ครับ ใช่

คุณหมอ : หลายครั้งหลายหน ที่ผมพูดให้คนเหล่านี้ฟัง ยิ่งพูด
ผมเองยิ่งเข้าใจมากขึ้นเรื่อยๆ เข้าใจชัดเจนมากขึ้น
เรื่อยๆ แล้วก็ทำให้ผมมีแนวทางมีความคิดว่า เวลาเรา
จะไปพูดให้คนอื่นฟัง อีกหน่อยถ้ามีโอกาสไปบรรยาย
ธรรมให้กับคนหมู่มากนี้ เราจะพูดไปในทำนองไหน
เพราะว่าจุดที่ผมเอามาเขียนเป็นหนังสือที่เคยเล่าให้
คุณลุงฟัง ผมเขียนในเชิงวิทยาศาสตร์ เพราะผมคิด
ว่าการที่เราเขียนอย่างนี้ คือเราให้พวกนักวิชาการ
นักวิทยาศาสตร์ทั้งหลายเหล่านี้อ่านสนใจ แล้วก็เรา





เอามาสัมพันธ์กับเรื่องของจิต แล้วก็อธิบายได้ คือมันต้องใช้จิตอธิบายอยู่แล้วเรื่องพวกนี้ แต่ว่าคนส่วนใหญ่ไม่เคยคิดเลย คิดแต่ว่าความรู้พวกนี้ต้องใช้วิทยาศาสตร์ พูดแค่นี้ แล้วคุณลองลองคิดดูสิครับว่ามันหยาบที่สุดจริงๆ ไอ้วิทยาศาสตร์นี่ก็คือจิตนั่นแหละ ไปรู้ไปเห็นสิ่งเหล่านั้นใช้มั้ยครับ

คุณลุง : ครับ ใช่

คุณหมอ : เวลาพูดออกมา รูปธรรมกับนามธรรมนี้เราใช้คู่กัน แล้วก็เวลาผมไปอธิบายให้คนพวกนี้ฟัง ผมก็ชี้ไปที่ตัวเค้าเลย ยกตัวอย่างเช่น เวลาผมจับคุณนี้ คุณรู้มั้ย เค้าบอก รู้ พอผมจับแล้วปล่อยใช้มั้ยครับ เมื่อกี้คุณนี่ก็ออกมั้ย เค้าบอก นึกออก ผมถามว่าไอ้ที่นึกออกนี้ มันนึกใหม่ใช้มั้ย คือมันเป็นความนึกอันใหม่ พลังงานอันใหม่ แต่มันมีไอ้ตัวหนึ่งที่มันอยู่คงที่ ก็พูดไปประมาณนี้ พอพูด

คุณลุง : ใช่

คุณหมอ : กลับทำให้ผมยิ่งเข้าใจ เรื่องของจิตของตัวเองมากขึ้นไปอีก แต่ผมไม่รู้ว่าจะเข้าใจมากน้อยแค่ไหน แต่ผมคิด





ว่าการที่ผมไปพูดอย่างนี้แล้วประโยชน์มันเกิดขึ้นกับเค้า
มันสะท้อนมาหาตัวผมเอง ผมชอบคำหลวงพ่от่าน
คำนี้บอกว่า **ท่าน เป็นพ่อแม่ของพระพุทธเจ้า**
โอ้ คำนี้กินใจผมมากๆ เลยครับคุณลุง ผมไม่เคย
ได้ยินใครที่พูดอย่างนี้เลย มีแต่หลวงพ่от่านพูดว่า
ท่าน เป็นพ่อแม่ของพระพุทธเจ้า คือหมายความว่า
ที่ท่านเป็นพระพุทธเจ้า เพราะว่าท่านทำทานมาอย่าง
อุกฤษฏ์เหลือเกิน ท่านภาวนามาอย่างอุกฤษฏ์
เหลือเกิน ทุกๆ เรื่อง คนส่วนใหญ่ มีแต่อยากเป็น
แต่ไม่ทำอะไรสักอย่าง

คุณลุง : อยากรวยแต่ไม่ทำงาน

คุณหมอ : ครับ อย่างนักการเมืองอย่างนี้ พูดแล้วก็เสียจิตเสียใจ
ตัวเอง มันสกปรก มีแต่ขึ้นไปกินขี้ แต่ช่วงหลังๆ
หลายสิ่งหลายอย่างก็เป็นไปในทางที่ดีขึ้น ปีนี้อยู่สบาย
ขึ้น ที่ผ่านมาก็ลำบากเหลือเกิน

คุณลุง : ที่จริงคำสอนของพระพุทธเจ้าก็เป็นวิทยาศาสตร์ทั้งนั้น

คุณหมอ : ใช่ครับ คุณลุงครับ ทุกวันนี้ที่ผมไปคุยกับใครต่อใคร
แล้วเขามาสนใจ เพราะผมเอาคำสอนของพระพุทธเจ้า





มาพูดแบบวิทยาศาสตร์ล้วนๆเลยนะครับ แล้วพวกนี้
เถียงผมไม่ได้เลยสักคำ คือ นอกจากเถียงไม่ได้แล้ว
ยังอึ้ง จะไม่อึ้งได้อย่างไรในเมื่อผมกว่าจะเข้าใจ
ผมพิจารณาแทบตาย คือ ผมต้องนั่งจิตสงบๆ และ
พิจารณาทีละนิดทีละนิด พอเข้าใจแล้วก็ จิตผมมัน
โล่งเลย เวลาเข้าใจแต่ละเรื่อง แต่ละเรื่อง

คุณลุง

: คือคนเขาไม่เห็นเป็นวิทยาศาสตร์เพราะว่าเขาไม่เห็น
ถ้าเห็นแล้วก็ **อย่างคนตายมันไม่มีรู้ มันไม่มีจิต**

คุณหมอ

: ครับ ถ้าเกิดจิตมันยังไม่นิ่งนะ อย่างกับคุณลุงบอก
เหมือนกับวิดน้ำ โอโฮถ้าน้ำยังเต็มบ่อมันจะไปวิดปลา
อีท่าไหนล่ะครับ มันก็แทบตาย คนพวกนี้จิตไม่เคย
เป็นสมาธิเลย มันจะไปคิดเรื่องแบบนี้ได้อย่างไร จริงๆ
แล้ว ยิ่งผมอธิบาย ผมก็ยิ่งเข้าใจว่าง่ายนิดเดียว สมัย
ก่อนรู้สึกลึกซึ้งเหลือเกินตัวผมเองนะฮะ พอเราไปอธิบาย
ให้คนอื่นฟัง โอ้ยจริงๆ มันเป็นเพราะอย่างนี้ เพราะ
ว่าพวกคุณสมาธิยังไม่เคยมีเลย ไม่เคยทำด้วย ถึงเวลา
อยากจะได้ และก็ เป็นโลก มีอะไรก็มาโอ้อวดแข่งดี
แข่งเด่นกัน แล้วมันจะไปได้กันได้อย่างไร

คุณลุง

: คือ ไปรู้เรื่องของธรรม รู้เรื่องของปริยัติ มันก็ไอ้ฟังชานนั้นแหละ มันไม่ใช่ความสงบนี้ ความสงบภายในจิตไม่เคยเห็นเลย ไปพูดความสงบในพระไตรปิฎกโน่น มันก็คนละเรื่องกันเลย

คุณหมอ

: ครับ อย่างที่ครูบาอาจารย์ท่านพูดนะ ผมชอบท่านบอกว่า **ความรู้ที่หมอเรียนมา มีตรงไหนบ้างที่เป็นของหมอนะ** ไอ้ผมฟังที่แรกนะ ผมสะดุ้งเฮือกเลยนะครับ ว่า เออ จริง เราเรียนหนังสือมาเป็นกอง ๆ นี่ถามว่ามีตรงไหนบ้างที่เราคิดขึ้นมา ไม่มี **มีแต่ไปจำน้ำลาย ไปจาลมปาก เคঁามา แล้วไปถือว่าเป็นตัวเป็นตนของเรา เป็นหมอ เป็นหมอ บ้าบอใช้ไหมครับ**

คุณลุง

: คือถ้าเป็นเรา เวลาตายมันก็เป็นของเรา แต่ถ้าตายไปแล้วก็ไปเรียนใหม่ แสดงว่ามันไม่ใช่ของเรา

คุณหมอ

: ไม่ใช่หรอกครับ คือ เอาแค่ว่าทุกวันนี้เวลาผมเห็นศพ ผมนึกถึงศพตัวเอง เราก็รู้ซึ้งๆ เลย ตายไปนี่นะ ไอ้ศพนี้จะต้องลงดินอย่างแน่นอน แต่คนมันไม่คิดนะ มันไม่คิด ก็มันยังเห็นว่ากายนี้ เป็นตัวของมันอยู่เลยนะ ผมก็ไม่ว่าจะพูดอย่างไร



คุณลุง : การพูดธรรมะนี้ยากเหมือนกันนะ เราอยู่อู่ แต่ไม่รู้
จะอธิบายอย่างไร

คุณหมอ : คือพูดกันอย่างหายาๆ ก็

คุณลุง : นามธรรม

คุณหมอ : ครับ คุณนะ จิตคุณยังไม่ได้แยกออกมาจากกายเลย
แล้วคุณจะไปเห็นว่ากายมันเป็นดินไปได้อย่างไรละ
ถูกไหมครับ

คุณลุง : ใช่ ที่บอกว่า ความรู้ที่เราเรียนมาเป็นของเราใหม่ จริงๆ
แล้วมันก็ไม่ใช่ของเราจริงๆ แต่อย่างว่าไอ้ที่รู้ รู้ทุกสิ่ง
ทุกอย่าง รู้ว่าที่เรียนมามันเป็นอย่างนี้ อย่างนี้ ตัวนั้น
ต่างหากที่เป็นของเรา จริงไหมละ ผู้ที่ไปเรียนนะ

คุณหมอ : ครับ คือจริงๆ รู้ะก็ไปรู้ของเขา และก็ไปเอาความรู้
อันนั้น ที่ไปเรียนกับเขานะมาถือว่าเป็นของเรา

คุณลุง : แล้วอย่างนี้อีกอย่างหนึ่ง อันนี้จะเอียกลงไปนิดหนึ่ง
อย่างคุณหมอเรียนตำราเรียนใช่ไหมครับ ความรู้
ในตำรามันไม่ใช่ผู้รู้ แต่ผู้รู้ที่แท้จริงคือ จิตที่ไปเรียน



วิชาการแพทย์มา อันนั้นแหละคือเรา คุณหมอเข้าใจที่พูดไหมครับ ก็เท่านั้น เท่านั้นเอง ส่วนตัวความรู้นั้นก็เป็นสมมติ **ความรู้กับผู้รู้คนละตัวนะ** รุ้หมายถึงจิต แต่ **ความรู้หมายถึงสิ่งที่เราเรียนมา** ถ้าแยกอย่างนี้ได้ ก็เป็นอันว่าเข้าใจ คือ **ผู้รู้มีอันเดียว แต่ความรู้นี้มีไม่มีประมาณเลยนะทั้งโลก เรียนกันไม่จบ** แต่ผู้ที่จะไปรู้สิ่งทั้งโลกก็คือ จิตดวงนี้ แต่เนี่ยถ้าหากว่าใครเห็นก็จะเป็นวิทยาศาสตร์ใช้ไหมคุณหมอ

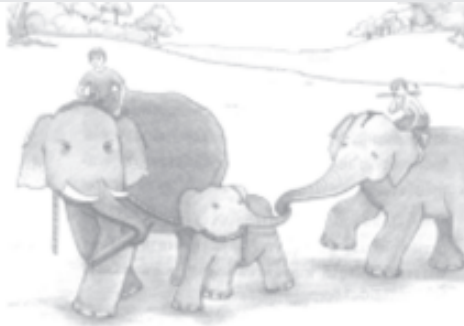
คุณหมอ : แล้วจิตมันเป็นเราไหมครับ

คุณลุง : จิตเป็นเราไหม ถ้าหากยังไม่ถึงพระอรหันต์ก็ยังเป็นเราอยู่

คุณหมอ : ทำไม่ครับ

คุณลุง : คือที่ว่าไม่เป็นพระอรหันต์ก็เพราะยังมีเราเป็นเจ้าของจิตอยู่ เมื่อเราหลุดจากจิตเมื่อไรก็เป็นพระอรหันต์เมื่อนั้นละ คือ เหลือจิตล้วนๆ โสดา สกิทาคา อนาคา มันก็ยังมีเราเป็นเจ้าของจิตอยู่นั่นแหละ ไม่บริสุทธ์ คือ ไปยึดนะ ยังมียึดมันถือมันว่าจิตเป็นเราอยู่ ไม่สามารถจะล้างเราออกไปจากจิต

เหมือนช้างมันมีเจ้าของขี่คออยู่ ช้างมันก็ไม่ใช่อิสระ
จิตก็เหมือนกัน จิตเปรียบเหมือนช้าง เราก็คือความ
ช้างที่ขี่คอแล้วก็มีตะขอ คอยเจาะหัวช้าง เพราะฉะนั้น
ช้างตัวนั้นจึงไม่เป็นตัวของตัวเอง ไม่ใช่ไท แต่เมื่อช้าง
ตัวนั้นสามารถสลัดความผูกมัดออกไปจากลำคอช้างได้
ช้างมันจะเป็นอิสระเป็นไทขึ้นมาทันที ไม่มีใครไปบังคับ
ขู่เข็ญ ว่าต้องเป็นอย่างนั้น ต้องเป็นอย่างนี้ ต้องเสียใจ
ตรงนั้น ต้องดีใจตรงนี้ ช้างก็คือช้าง ไม่มีใครมาบังคับ



คุณหมอ : ช้างไม่มีเจ้าของเป็นบ้าไหมครับ

คุณลุง : ช้างไม่มีเจ้าของเป็นบ้าไหม ช้างในป่าไม่เห็นเป็นบ้าเลย
แต่ช้างที่มาอยู่ในบ้านเรา มันต้องมีเจ้าของ มันจึง
ถูกใช้ ถูกเอาไว้ลากจูง ใช่มั้ย ส่วนช้างที่อยู่ในป่านั้น
ก็เป็นอิสระไป ถ้าไม่มีใครไปกดขี่ข่มเหง เอามาใช้
ลากจูง เอามาใช้ขอตานตามถนน **จิตที่เป็นอิสระก็เป็น
อย่างนั้น ธรรมชาติของเขา**



คุณหมอ : คนบ้าต่างจากพระอรหันต์ตรงไหน

คุณลุง : คนบ้ามันมีทุกอย่าง นั่นเป็นเรา นี่เป็นเรา เราเสียใจ เราดีใจ เราร้องไห้ เราหัวเราะ นั่นคือจิตของคนบ้า มีเราเต็มตัวเลย แต่พระอรหันต์ไม่บ้า เพราะไม่มีอะไรเป็นเราเลยนี่ รู้แล้วจบนะ คนบ้าร้องไห้ ก็คือ เป็นเราร้องไห้ คนบ้าหัวเราะ ก็เป็นเราหัวเราะ จริงๆ แล้วไม่ต้องคนบ้าหรอกครับ เราี่แหละเปรียบเหมือน คนบ้าคนหนึ่ง เพราะมันมาถือเรา ใ่อันนี้ก็ของเรา ใ่อันนี้ก็ของเรา ที่อยู่ของเรา เอาเข้าแล้วแผ่นดินทั้งโลก ก็จะเป็นของเรา เอาไปหมด เอาไม่มีพอด้วย โดยเฉพาะ สิ่งที่สัตว์โลกชอบที่สุดก็ คือ เพศตรงข้าม อันนี้ยิ่ง ไม่มีวันพอใหญ่ ได้หนึ่งเอาสอง ได้สองเอาสาม ได้สาม จะเอาทั้งโลกเลย ถ้าสามารถคว้าผู้หญิงทั้งโลกมาเป็น ของเราได้ เราก็คงทำนะ เพราะมันไม่มีพอ **พระพุทธเจ้า** ถึงบอกว่า มหาสมุทรกว้างใหญ่ขนาดไหน ก็ยังไม่กว้างขวางเท่ากับตัณหาที่อยู่ในจิตของคน มันไม่มีประมาณ ไม่รู้จบ ก็เป็นความจริงอย่างงั้น

คุณหมอ : มีอันหนึ่งนะครับคุณลุง เวลาจิตผมรวมมากๆ มันปวดหัว ปวดมากเลยครับ ปวดจนกระทั่งเวลาทำงานทำการ ทำแล้วมันไม่สบายแต่ทำได้อยู่ แต่เวลาจะเอาไปคิดนั้น คิดนี้ หรือว่าอย่างอ่านหนังสือเตรียมสอบนี้ ไม่ได้





คุณลุง : หมายถึงในขณะที่จิตรรวม

คุณหมอ : ครับ อย่างเช่นว่าเวลาผมทำงาน เวลาลืมตาดูอยู่เนี่ยนะฮะ คือบางที อย่างช่วง ๒ - ๓ วันที่ผ่านมา จิตมันรวม ปวดหัว ครูบาอาจารย์บอกว่ากำหนดลงไปให้เท่า กระจายไปที่ส่วนอื่น เพราะว่ามันคือ การรับรู้ มันอยู่ที่ศีรษะเยอะ รู้รูป รู้เสียง รู้กลิ่น มันอยู่ที่หัวหมดเลย

คุณลุง : คุณหมอบอกอย่างไรในขณะที่จิตรรวม

คุณหมอ : ที่ผ่านมามีได้อาศัยอันนี้ กำหนดไปที่เท่า

คุณลุง : อย่างปัจจุบันนี้ ขณะที่จิตรรวมคุณหมอเอาความรู้สึก ไปไว้ตรงไหน ไปไว้ที่เท่า ที่หน้าอก ไปไว้ตรงไหน

คุณหมอ : คือวันนี้ผมรู้ว่ามาอยู่ใกล้คุณลุง ผมทำได้ กำหนดไปไว้ที่เท่า คือจริงๆ นะเรียนคุณลุงวันนี้ผมมานั่งแปะตรงนี้ ปัญหาหลายเรื่องถูกคลี่คลายไป อันนี้เป็นความมหัศจรรย์อันหนึ่ง

คุณลุง : โดยที่เอาจิตไปไว้ที่เท่า





คุณหมอ : ไม่ละ ถ้ามานั่งตรงนี้นะละคุณลุง กำหนดหน่อยเดียว
ปัญหาไม่ค่อยมี

คุณลุง : ไม่ได้เอาจิตไว้ตรงไหนเลย

คุณหมอ : ไม่ได้ ผมก็พิจารณาของผมตามปกติเลยนะครับ
อย่างเช่นวันนี้ผมพิจารณาเรื่องกายเรื่อง อย่างเช่น
ชนอย่างนี้ หนึ่งอย่างนี้ พิจารณาเดินไปตามปกติ
ไม่ปวดหัวคือถ้ามาอยู่ตรงหน้าคุณลุงนะครับ ไม่เป็น
หายเลยนะครับ ปัญหาหลายเรื่องนี่ เป็นทุกครั้งเลย
นะครับ เวลามีปัญหาอะไรนี่ โดยเฉพาะหลังๆ นี่ ผมถึง
ได้ตรงมาที่นี่เลย

คุณลุง : คือในขณะที่คุณหมอกำหนดนี้ อย่ากำหนดไปไว้ที่ใด
ที่หนึ่ง แต่ขอให้กำหนดเอาไว้ทั่วไป หมายถึงว่าอยู่กับ
ใจเรานะ ให้อยู่กับความรู้สึกทั่วไปที่กว้างๆ ใหญ่ๆ
ความรู้สึกนี้บอกไม่ถูกว่าอยู่ที่ไหน แต่ก็รู้อยู่ ถ้าทำ
อย่างนี้ คุณหมอก็จะไม่ปวดหัวนะ แต่ถ้าหากไปกำหนด
ไว้ตรงที่ใดที่หนึ่ง มันก็หนัก เหมือนเราทำงานหนัก
แต่ถ้าหากคุณหมอฟังหลวงพ่อก็คงเหมือนว่าเอาจิต
ไปไว้ภายนอก ไม่ใช่เอาไว้ในกาย ฟังแต่เสียงท่านจริงๆ
แล้วไม่ได้ฟังเสียงท่านด้วยซ้ำ มาไว้ที่ความรู้สึกกลางๆ



เป็นกลางๆ นะ ถ้าเราไปไว้ที่เท้า ไว้ที่หน้าอก มันไม่เป็น
กลาง มันไม่เป็นมัชฌิมา แต่ถ้าหากว่าเอาจิตธรรมดาๆ
ธรรมชาติของจิตนี้เป็นกลางอยู่แล้ว

เพราะฉะนั้นเมื่อเราทำความรู้สึกที่จิตนี้ คือ ไม่
ต้องกำหนดไปไว้ตรงไหนเลย เพียงแต่เราบังคับ อาจ
จะบังคับความคิดไม่ให้มันเกิดขึ้น ความคิดมันอยู่
ที่ไหนก็ไม่รู้ เราไม่ให้มันเกิด ให้มันรู้ไปเบาๆ กว้างๆ
ทั่วไป คุณหมอก็จะรู้สึกสบายอย่างที่นั่งอยู่กับผมนี้
คุณหมอไม่ได้กำหนดนะ แต่คุณหมอบำเพ็ญจิตปล่อยจิต
สบายๆ ไม่ต้องเอาไปไว้ตรงที่ใดที่หนึ่ง แต่ก็รู้อยู่ และ
รู้สึกผ่อนคลาย ผ่อนคลายภายในจิต จิตจะเบา รวม
ตัว คือการทำสมาธิก็คือตัด สิ่งภายนอกจากตา หู
จมูก ลิ้น กาย ตัดสิ่งเหล่านี้ไม่ให้มันเข้ามา เอาเฉพาะ
ที่รู้อย่างเดียว หรือว่าเอาไปไว้ที่ว่างอย่างเดียวก็ได้
ถ้าหากว่าเราไม่เอาสังขารทั้งหลาย เอาเฉพาะอากาศธาตุ
มันก็ว่างอย่างนั้น ทำจิตของเราให้เป็นอย่างนั้น กว้าง
ใหญ่ไพศาล กว้างไปขนาดไหนก็ได้ แต่ไม่กำหนด
ไม่เอาไปไว้ตรงที่ใดที่หนึ่ง เพราะจิตนั้นไม่ต้องการ
ที่อยู่ จิตเป็นอิสระ

จิตที่แท้จริงนั้นเป็นอิสระ ไม่จำเป็นต้องให้ใคร
มากำหนดให้ไปอยู่ตรงนั้นตรงนี้ แต่ว่าอยู่ตาม



ธรรมชาติก็คือ รู้ทั่วไป ถึงแม้จะมีเสียงเรกก็ไม่เอาเสียง
มีกลิ่นเรกก็ไม่เอากลิ่น มีความคิดเรกก็ไม่เอาความคิด
แต่มาอยู่ตรงกลางนี้ ตรงกลางๆ สบายๆ เบาๆ ตรง
ไหนที่เบาที่สุดเราเอาตรงนั้น ตรงไหนที่ว่างที่สุดเรา
เอาตรงนั้น ก็ทำสมาธิไป หรือไม่อีกอย่างหนึ่งก็เอามา
ไว้ที่พุทโธก็ได้ เอาพุทโธเป็นหลัก เพราะพุทโธไม่ได้
อยู่ตรงไหน พุทโธนั้นเป็นกลางๆ ลองดูว่าจิตเราชอบ
ตรงไหน เช่นคำว่าพุทโธ ถ้าเผื่อยังไม่สงบเราก็เอา
ยาวกว่านั้น ยุบหนอ พองหนอ หรือว่าอะไรก็ได้ไป
บางคนก็ใช้อรหังพุทโธ อิติปิโส ภควา นะมามิหัง
อันนี้ก็ได้อ ให้มันยาวออกไป ดูว่าจิตของเราสงบ
ตรงไหนก็เอาตรงนั้นเป็นหลัก สำหรับผมเองถนัดที่
จะมากอยู่กับผู้รู้ ก็รู้้อย่างเดียว อันนั้นก็เป็นจิต
อย่างหนึ่ง แบบไหนที่มันทำให้จิตเราสงบก็ใช้ได้ทั้งนั้น

คุณหมอ : ขออนุญาตถามครับคุณลุง เวลาเราคิดนะครับ จิตเป็น
คนคิดใช่ไหมครับ หรือว่า ใจเหนือจิตขึ้นไปอีก

คุณลุง : จิตนี้แหละเป็นผู้ใช้ความคิด เพราะจิตคือชีวิตนะครับ

คุณหมอ : จิตคือชีวิต



คุณลุง

: ใช่ ไม่ใช่เรา แต่จิตเป็นธรรมชาติที่รู้อยู่ คือตัวเป็น
จิตคือตัวเป็นตัวเดียว

คุณหมอ

: จิตนี้มีคุณสมบัติที่จะเที่ยงใช่ไหมครับ

คุณลุง

: ที่ว่าเที่ยงก็เพราะว่าไม่ตาย ถึงพูดว่าเที่ยง ชีวิตนี่คือ
มันเป็นตัวเป็น

คุณหมอ

: เวลาคิดแล้วความจำได้หมายความว่ามาจากไหน

คุณลุง

: ความจำได้หมายรู้เป็นขั้นอีกอันหนึ่งที่มีอยู่เป็น
ธรรมชาติที่จิตเอามาใช้ จิตเข้าใจว่าความคิดนี้เป็น
ของจิต เป็นส่วนหนึ่งของจิต คือจิตคิดว่าสังขาร
ความคิดนี้เป็นเรา เป็นจิตเองนะเป็นตัวจิตเพราะจิต
มีผู้บงการใจ จิตซึ่งเป็นตัวเป็นจึงเอาสິงเหล่านี้มาใช้
จริงๆ แล้ว ความคิดมันเป็นเหมือนกับจอบเหมือนกับ
เสียมเครื่องมือเครื่องใช้ เพราะฉะนั้นจิตจึงเอาสິงนี้
มาใช้ เอาคิณุ่นคิณี่ แล้วเหมาเอาความคิดนั้น
มาเป็นเรา

คุณหมอ

: เวลาเราจะคิด เราต้องมีภาษา



คุณลุง : ครับ ใช่

คุณหมอ : ภาษาที่เราจำได้เป็นสัญญา

คุณลุง : ใช่

คุณหมอ : เวลาเราคิด เราเอาภาษามาปรุงนั่นปรุงนี่

คุณลุง : ใช่

คุณหมอ : แล้วเวลาเราปรุงขึ้นมาเป็นเรื่องเป็นราวมันมีความหมาย

คุณลุง : ครับ ใช่

คุณหมอ : ความหมายนี้มันมาจากไหนครับ

คุณลุง : ความหมายก็มาจากสัญญานะแหละ ความจำได้หมายรู้ แล้วก็หมายความว่าสิ่งนั้นเป็นอย่างนั้นสิ่งนั้นเป็นอย่างนี้

คุณหมอ : ความหมายไม่ใช่จิต



คุณลุง : ไม่ใช่

คุณหมอ : แต่มันแนบติดกัน

คุณลุง : มันแนบติดกัน ก็เป็นคนละชิ้นคนละอันมาประกอบกัน เหมือนรถนะครับคุณหมอ อันนี้พวงมาลัย อันนี้ยาง อันนี้ตัวถัง อันนี้เบาะ อันนี้คัตซี อันนี้แหวน มันมาผสมกันเป็นรถ ก็เหมือนกับจิตกับขันธ์ เมื่อรวมกันเข้าก็ประกอบขึ้นมาเป็นตัวเรา เอาความเจ็บมาเป็นเรา เอากายมาเป็นเรา ความคิดมาเป็นเรา เอามาเป็นเราหมดนะ มันก็ประกอบขึ้นมาเป็นคน หรือ ๑ ชีวิตเอามารวมกันหมดเลย **แต่ถ้ามีจิตอย่างเดียวมันก็ไม่ต้องเกิด มันก็ได้แต่รู้อยู่เฉยๆ ไม่มีกาล ไม่มีเวลา ไม่มีทุกข์ ไม่มีสุข ไม่มีเกิด ไม่มีแก่ ไม่มีเจ็บ ไม่มีตาย... มีทุกอย่าง แต่มันคนละอันกัน เหมือนน้ำกลิ้งบนใบบอน**

คุณหมอ : เวลาเราบริกรรมพุทโธ พุทโธ คือเราคิดพุทโธ

คุณลุง : ใช่ เอามาผูกไว้ เพื่อว่าให้ใช้ความคิดน้อยที่สุด ธรรมดา นี่ จิตจะเอาความคิดมาใช้ไม่มีประมาณเป็นล้านๆ อย่าง นั้นจบไป นี่ขึ้นมา เป็นไปอย่างนี้ไม่มีประมาณเลย



เรื่องของจิต เพราะฉะนั้นทำยังไงถึงจะให้มันน้อยที่สุด
ให้มันพุ่งช่านน้อยที่สุด ก็เอาพุทโธมาผูกไว้ก่อน
เหมือนเอาพุทโธเป็นหลัก ท่านเรียกว่าเอาควายมาล่าม
ไว้ที่พุทโธนี้แหละ ควายก็หมายถึงจิตที่โดนอวิชชามัน
คลุมอยู่ เหมือนช้าง ช้างมีเจ้าของนะ โดนควาญช้าง
ขี่คอ

คุณหมอ : ควาญช้าง คือ อวิชชา

คุณลุง : ใช่

คุณหมอ : ตัวจิต คือ ช้าง

คุณลุง : ใช่

คุณหมอ : ถ้าเกิดว่าจิตที่ไม่ภาวนานี้ เวลาเราคิดนั่นคิดนี่ เหมือน
ช้างเดินไปนั่นเดินไปนี่

คุณลุง : อืม ใช่ โดยมีควาญช้างเป็นผู้บังคับ ช้างไม่ได้เป็นอิสระ

คุณหมอ : เวลามันคิดมากๆ เหมือนกับช้างเดินสะเปะสะปะ





คุณลุง : อู้ย เหนื่อยเลย ไม่แคเดินสะเปะสะปะ เดินไป
ตามอริชชาที่มันลั่นนะ จะให้ไปไหนก็ต้องไป ไม่มีโอกาส
เถียงไม่มีโอกาสจะฝ่าฝืนได้เลย

คุณหมอ : เดินมากๆ ช้างก็เหนื่อย

คุณลุง : โอ้ย เหนื่อยตายเลย แต่ช้างเหนื่อยจริงๆ ความเหนื่อย
ก็ไม่ใช่ว่าช้างอีก แต่ช้างคิดว่าความเหนื่อยเป็นตบใจ
มันสลับซับซ้อนละเอียดนะ

คุณหมอ : คือความเหนื่อยที่เกิดขึ้นก็เป็นต่างหากกับช้าง

คุณลุง : เป็นต่างหาก

คุณหมอ : แต่ช้างโง่

คุณลุง : เข้าใจผิด

คุณหมอ : ให้อัตว์ที่พาให้ช้างเข้าใจว่าความเหนื่อยเป็นช้าง ใช้ความ
ช่างไหมครับ

คุณลุง : ถูกต้องครับ มันเป็นตัวไม่รู้ อริชชาคือตัวไม่รู้



คุณหมอ : แต่นี้เรามาภาวนานี้คือ เรามาเอาความชั่วออกจากข้าง



คุณลุง : ถูกต้อง อย่างนี้ การจะเอาความชั่วออกจากข้างนี้ เหมือนเราจะจับปลา อย่างที่ว่าเราก็ต้องวิดน้ำ ออกก่อน ก็ไล่ตั้งแต่กายขึ้นไป **เอากายออกไป** น้ำเหลือ ๘๐% **เอาเวทนาออกไป** น้ำเหลือ ๖๐% อย่างนี้ **พอสังขารออกไป** เหลือ ๓๐% **เอาละ พอขั้น ๕ หลุด** **ออกไป** น้ำเหลือ ๒๐% เลยละ ทีนี้เอา **“เรา”** **ออกไป** **อีก** **น้ำเหลือ ๐** **เลยทีนี้** เหลือแต่ข้างล้วนๆ เลย เหลือแต่ข้างเปล่าๆ ข้างอันนี้ก็เป็นอิสระแล้วทีนี้ ไม่มี ทุกข์ไม่มีโศก เพราะทุกข์โศกไม่ใช่ข้าง ไม่มีอิมไม่มีหิว เพราะความอิมความหิวไม่ใช่ข้าง เป็นสมมติ ข้าง ตัวนี้เข้าใจอยู่ ไม่มีเกิด ไม่มีแก่ ไม่มีเจ็บ ไม่มีตาย เพราะ เกิด แก่ เจ็บ ตายก็เป็นสมมติอีก ข้างก็ไม่ เกี่ยวอีก **มันแสนสบายเพราะไม่มีสิ่งเหล่านี้มายึดมัน** **ถือมัน** เป็นอุปทานนะ **เพราะความโง่ตัวเดียวคือ** **ความไม่รู้ คืออวิชชา** พระอรหันต์ท่านเป็น**วิชชา**แล้ว ไม่มีอวิชชา ไม่มีไม่รู้ **วิชชาก็คือความรู้** **อวิชชาก็คือ** **ไม่มีความรู้ไม่มีความเข้าใจนะ** เพราะเป็นอย่างนี้มา

ทุกภพทุกชาติ โดนฝังจมอยู่ในความมืด เหมือนฝัง
อยู่ในดินที่ลึกลงไปเป็นร้อยกิโลก็ได้ ไม่เคยเห็น
แม้แต่เดือนแม้แต่ตะวัน พอมาภพนาเข้า เริ่มได้เห็น
แสงสว่างตั้งแต่เนิ่นๆ ตั้งแต่ช่องเท้าปลายเข็ม เห็น
แสงสว่างลอดเข้ามาเท้าปลายเข็ม ก็นับว่า จิตได้มีแสง
สว่างบ้างแล้วอย่างน้อย โสดาบันท่านก็มีดวงตา
เห็นธรรมแล้ว ก็คือเห็นตามความเป็นจริงแล้วว่า
กายนี้มันไม่ใช่ตัวไม่ใช่ตน เส้นผมนี้มันไม่ใช่ผมเรา
นี่เป็นของเราที่ไหน เมื่อคืบทิ้งไป มันก็เหมือนขนสัตว์
ทั่วไป คืบทิ้งลงไปไม่เห็นบอกว่ามันเป็นของเรา แต่อยู่
บนหัวบอกว่าของเรา สวยอีกต่างหาก พอตัดลงไปแล้ว
ไม่เห็นมีใครบอกว่าสวยบอกว่างามเลย นี่มันก็ปรุงไป
ปรุงแต่งไป คุณหมอดามิตินะ ที่ถามเมื่อกี้ ว่าไฉน
ผมลืมไปแล้ว

คุณหมอ : ผมถามว่า คือความคิด คือปัญหาของผมทุกวันนี้
ความคิดมันมากวนใจ คือผมกำลังพิจารณาว่า
ความคิด ความจำและกัณฑ์จิต คือทำยังไงเราถึง
จะแยกให้เห็นว่าความคิด กับความจำไม่ใช่จิต

คุณลุง : ควรจะไล่ไปจากกายก่อน **พิจารณากายให้เห็นตาม**
ความเป็นจริงว่ากายนี้มันไม่ใช่เราจริงๆ เพราะอันนี้

มันหยาบ สามารถพิจารณาได้ง่าย เองง่ายๆ ว่า คนตาย
ทำไมไม่รู้ละ เอาไปเผาไม่เห็นร้องลั๊กอะ เเผาจนไหม้
เป็นถ่านไปไม่เห็นร้องเลย

คุณหมอ : ทั้งๆ ที่เวลาคิดมันก็ต้องใช้กาย

คุณลุง : ใช่ จิตยืมมา

คุณหมอ : ถ้าไม่มีกาย มันคิดได้ไหมครับ

คุณลุง : ไม่มีกาย คิดได้ มันก็ไปใช้กายละเอียดเรียกว่า
วิญญาณไฉ วิญญาณนี้เป็นร่างละเอียดเป็นนามธรรม
แต่มันก็ถอดไปจากร่างใหญ่นี้แหละ คือความโง่

คุณหมอ : แต่มันก็ถือเอากายเดิม ที่มันถือไว้ ถูกต้องไหมครับ

คุณลุง : ถูกต้อง มันเป็นสัญญาความจำ คือมันไม่รู้ว่าตาย
สมมติถ้าผมไม่รู้นี่ ตายแล้วผมก็ยังมานอนอยู่ตรงนี้
เพราะกายละเอียดมันนอน คือดวงวิญญาณมันนอน
จำได้ว่ากายนี้เป็นของผม ไม่สามารถจะเดินหนีไปไหน
มาได้ จำได้ว่านอนอยู่ตรงนี้ เพราะฉะนั้น เวลา
ตายมันก็นอนอยู่ตรงนี้ออยู่ เรียกว่าเปรตไฉ **พวกเปรต**
พวกอสุรกายพวกนี้ ตายแล้วไม่รู้ว่าตาย นี่คือ
ความหลง มันก็หลงไปหมด บางคนตายแล้วยังมา

ตัดยางอยู่เลย คนที่เคยตัดยาง ถูกรถชนตาย มหาภัย
ตะเกียง ก๊อกลงๆ แก๊งๆ เดินไปตัดยางสว่างโลไปนั่น
มันเป็นอย่างงั้น ตายแล้ว แต่ทำไมเมื่อคืนยังเห็นคนนั้น
ไปตัดยางอยู่เลย มันตายไปแล้วนี่ วิญญาณมันมา
มาจากทางอื่น ก็เลยไม่รู้เลยว่าตัวเองตาย นี่มัน
หลอกกันถึงขนาดนี้นะอวิชชา กรรมจริงๆ

คุณหมอ

: ทำไมครูบาอาจารย์ถึงจี๊ผมมาว่า แล้วหมอเห็นอสุภะ
แล้วหรือ เห็นอสุภะของตัวเองแล้วหรือ ผมบอกว่าย้ง
เลยครับ



คุณลุง

: จริงๆ แล้วมันเป็นอสุภะ อย่างคุณหมอผ่าศพผ่าอะไร
บ่อยๆ คุณหมอลองวาดมโนภาพออกไป เวลานั้นมัน
ปิดบังด้วยความโกหกหลอกลวงทั้งนั้น เอาเสื้อผ้า
มาปิดไว้ ถ้าเอาเสื้อผ้าออก มันก็ยังมีหนังบางๆ มาหุ้ม
ไว้อีก ถ้าเผื่อเราเอาหนังบางๆ ออกไปอีกเราจะเห็นอะไร
ก็เห็นแต่เนื้อแดงๆ เห็นเลือดไหลซึมออกมา เอ้า เอาเนื้อ
ออกไปอีกชั้นหนึ่ง เอาเนื้อแดงๆ ลอกออกไปอีกเหมือน
ลอกเปลือกไก่ออกจากกระดูก เราก็จะเห็นตับ เห็นไต



เห็นปอด เห็นลำไส้ชัดเจนเป็นวงอย่างที่คุณหมอเคยเห็น มันก็เหมือนกับรังไม้ มีซี่โครง ชายโครงห่างๆ ชั่งพวกนั้นไว้ อาหารในกระเพาะนี่ทั้งเก่าทั้งใหม่ ทั้งบูดทั้งเน่า อุจจาระปัสสาวะอยู่ในนี้ทั้งนั้น ไล่ตั้งแต่หัวไป มีแต่ขี้หัว ขี้ตา ขี้ฟัน สิ่งที่มีนาคายออกมาล้วนแต่เป็นสิ่งที่สกปรกทั้งสิ้นเลย ไม่มีตรงไหนว่าสะอาดไม่มีตรงไหนว่าสวยงามเลย ถ้าผ่าออกมาดูลอกหนังออกมาดู โอ้ย ให้เปล่าเปล่าก็ไม่เอา แต่ที่เราเอามากก็เพราะเราเห็นว่ามันเป็นสุขะ เป็นความสวยงามงาม โดนหลอกลวงใจ พยายามโกหกตัวเองว่านี่สวยงามนะ เอาเสื้อผ่ามาปิดไว้ ถ้าแก้ผ่าออกมาก็เป็นเปรตดีๆ นะผมว่า คุณหมอลองพิจารณาดู แล้วต้องพิจารณา ถึงความจริงว่าเอาไปเผาก็ไม่รู้เลย แล้วทำไมตอนนี้จิต อยู่ในกายก็ว่าเป็นเรา เวลาตายแล้วว่าเป็นผี ไม่เห็นบอกว่ามันเป็นเรา ข้ายังรังเกียจซะอีก นี่มันยังงัยกัน

คุณหมอ : ทำไมเราจึงเห็นว่าลูกเราน่ารักมาก

คุณลุง : นี่มันอันเดียวกัน เหมือนกับผู้หญิงสวยงามนะ ถ้าเป็นลูกเราแล้วน่ารักก็เพราะว่ามันเป็นอุปาทานไง ลูกคนอื่นก็ไม่น่ารักเหมือนลูกเรานะ

คุณหมอ : ครับ ใช่



คุณลุง : ทั้งๆ ที่สวยกว่า ดีกว่า

คุณหมอ : ครับ ใช่



คุณลุง : ส่วนมากจะเป็นอย่างนั้น แต่มันก็หลอกลวงเราไปว่านี่ลูกเรา ยึดมันถึมัน อคติ ว้างัน มีอคติ ลูกผิดก็ยิ่งว่าลูกถูกอยู่นั้นแหละ ลูกไม่สวยก็ยิ่งบอกว่าสวย ลำคัญตน เพราะฉะนั้นเราต้องปอกลอกเข้าไปที่ละชั้น ที่ละชั้น **กายนี้เป็นศูนย์ของความสกปรก คุณหมอว่าไหม เป็นถุงหนังที่ภายในสกปรกที่สุด เป็นสิ่งปฏิกูลทั้งหมด เป็นรังของโรค โรคอะไรต่อมิอะไร เข้ามาอยู่ในกายนี้ทั้งนั้น** และมันก็เป็นไปตามกาลของมันด้วยนะ ไม่ว่าเด็กไม่ว่าผู้ใหญ่ ถึงเวลามันก็เป็นโรคของมัน ฝ่าท้องมาดูแล้วไม่น่าเอาเลย แม้แต่ลูกแม่แต่เมียเรา คนที่เรารักที่สุด ไม่ว่าเขาว่าเรา ต่อให้เป็นนางสาวไทย นางสาวจักรวาลก็เถอะ เอามาแก้ผ้าเอามาผ่าท้องดู มีตรงไหนสวยงาม ไม่มีเลย มีแต่สิ่งน่าเกลียดน่าชยะแขยงทั้งสิ้น เขารักเราหรือเรารักเขาก็เพราะว่ามีจิตครองกายอยู่เท่านั้น ถ้าไม่เช่นนั้นแล้ว



ให้ใครก็ไม่มีใครเอาแน่นอน คุณหมอเอาไหม... หมูตัว
หนึ่งยังดีกว่า ให้เขา เขายังเอาเขายังแย่งกัน แต่ร่างของ
คนตายนี้ ไม่มีใครเอา ให้ใครก็มีแต่บรรยายอย่างเดียว
ไม่ว่าจะเป็นสามีภรรยาที่รักกันที่สุดก็ยังไม่เอาเลย

ถ้าจิตเรายอมรับเรื่องของกายนี้ เรื่องของเวทนา
มันจะง่ายเข้า เพราะมันก็ละเอียดลงไป **จิตละเอียด**
ลงไป รู้ก็หนักแน่นขึ้น ความฉลาดมากขึ้น ก็ค่อยๆ
เห็นตามเข้าไปเรื่อยๆ เพราะฉะนั้นการพิจารณาเป็น
สิ่งสำคัญ แต่การพิจารณาอย่างนักปรีดียตินั้น เอา
สัญญาความจำมาคิด เอาความสกปรกในตำรามาคิด
ไม่ได้เอาความสกปรกที่เห็นจากใจมาคิด ความจริง
พระไตรปิฎกมี ๒ ฉบับ ฉบับที่เป็นสมมติคือ ฉบับที่
เป็นแบบแปลนที่ท่านสอนไว้ อันนั้นนะเป็นเพียง
แผนผัง หรือแผนที่เท่านั้น **ให้เรามาหาดำราจริง**
หาพระไตรปิฎกที่แท้จริงที่อยู่ในใจของเรา อย่างที่
ผมบอกให้คุณหมอฟังเมื่อตอนแรกว่า **ขอให้มาดู**
ปัจจุบันธรรม อันนั้นนะ พระไตรปิฎกในใจของเรา
เช่น หูได้ยินเสียง พระพุทธเจ้าเอามาจากนี้ทั้งนั้นเลย
ออกมาใจจริงๆ เลย ออกจากใจก็หมายความว่า
เอาธรรมในปัจจุบันนะแหละ เช่น หูได้ยินเสียง
กายได้รับสัมผัสในวินาทีนี้เดี๋ยวนี้ สมมติว่าผมจับมือ

จับแขนคุณหมอ จับป๊อป ความรู้สึกอันนั้นแหละ
มันไปกระทบใจของคุณหมอ พระพุทธเจ้า เอาตรงนั้น
มาสอนเรา **เพราะใจได้รับสัมผัสกับสิ่งที่มากระทบ**
ในปัจจุบันขณะนั้น การได้รับสัมผัสนั้นก็คือตัวธรรม
ยกตัวอย่างอีกอย่างหนึ่ง เช่น เวลาเขาสรรเสริญ
เยินยอเรา เรา รู้สึกยินดีปลาบปลื้ม เป็นต้น ความรู้สึก
อื่นๆ ที่มากระทบหู ตา จมูก ลิ้น กาย ก็เป็นเช่น
เดียวกันทั้งหมด นี่คือพระไตรปิฎกที่อยู่ในใจของ
ทุกคน

ฉะนั้น เราอย่าทิ้งใจของเรา คอยดูแล้ว สิ่งใดจะ
มากระทบ ส่วนใดบ้าง เมื่อกระทบแล้ว มีอาการ ใด
เกิดขึ้นอีกบ้าง ทั้งดีทั้งชั่ว ให้เรารู้เราเห็นตลอด ๒๔
ชั่วโมง ยกเว้นเวลาหลับสนิท นี่คือพระไตรปิฎกฉบับ
ดั้งเดิมขนานแท้ ที่พระพุทธเจ้าท่านสั่งสอนเรามาเป็น
อย่างนี้

นี่คุณหมอก้าวหน้าไปเยอะนะ สังเกตจาก สมัย
ก่อนคุณหมอจะไม่ถามอย่างนี้ ตอนนี่เริ่มมาใช้ปัญญา
แล้วละ เพราะว่าสมาธิมันชักจะอึดตัว นี่แหละมันเป็น
ไปเองโดยอัตโนมัติ พอเราเริ่มเดินทางด้านปัญญา
มันจะมีโจทย์ เหมือนเราเรียนหนังสือ ถ้าไม่ได้เรียน



คำถามที่จะถามครูบาอาจารย์มันไม่มี แต่เมื่อเรียนไป มันก็สงสัยละ เอ้ ใ้ฉันเป็นอย่างนั้นใ้ฉันเป็นอย่างนี้ เราก็เริ่มถามครูบาอาจารย์ อันนี้เป็นประโยชน์มากเลย ที่เราได้ศึกษาทางด้านปัญญา นับว่า เร็วมากด้วย เข้าใจเมื่อใดกิเลสขาดเมื่อนั้น

คุณหมอ : ครูบาอาจารย์ท่านย้าอยู่เสมอว่า**พิจารณาจิตนี้ มันก็ต้องกลับมาที่กาย เพราะจิตมันเป็นสมต้องกลับมาที่กาย** ผมเองอย่างวันนี้ผมนั่งมานี้แหละครับ จริงๆ แล้ว เรื่องที่ผมอยากจะพิจารณาอย่างมากมายหลายเรื่อง ในจิตผมนี้ มันวุ่นวาย อย่างเช่นว่าผมอยากจะสอบ สอบผ่าน แล้วผมอ่านหนังสือทำอย่างไรถึงจะมี ประสิทธิภาพมากที่สุด ทุกวันนี้จริงๆ เรียนคุณลุง อย่างนี้แหละครับว่า สมมติผมดีมากๆ คืออย่างเช่นว่า ผมเอาหูฟังมาฟังเรื่องที่ผมพูดอัดเพื่อสอนตัวเองนี้ ฟังไปแล้วจิตมันไม่วอกแวกไปยังไงเลยครับ มันแน่ว ไปเรื่องเดียวเลย ที่ผมเตรียม ที่ผมซ้อม คือผมรู้เลยว่าเดี๋ยวนี้ว่าสมมติผมดีจริงๆ

แต่อย่างไรก็ตาม คือเวลาผมมาภาวนานี้ มาพิจารณาเดินปัญญา พิจารณากาย พิจารณาอะไร พวกนี้พิจารณาไม่ไป ครูบาอาจารย์ท่านก็บอกว่า ผมเข้าใจ มันเกี่ยวกับ กาลเวลา บุคคล สถานที่ คือ





ช่วงนี้ทุกครั้งที่มาหาคุณลุงนี้ ได้ผลอย่างมหาศาล ต้องเรียนอย่างนี้ว่า มหาศาลเลย คือ ปัญหาหลายอย่าง คลี่คลาย หรือแม้กระทั่งถามคุณลุงเมื่อไหร่จะครบถาม เรื่องสัญญาสังขาร ซึ่งพอคุณลุงตอบมานะครับ ผมเอง ยังไม่เข้าใจอะไรเลยนะครับเรียนตรงๆ แต่ในใจมันโล่งเลยนะครับ พอถามคุณลุงตอบ พอถามคุณลุงตอบ ในใจเบาเลยนะฮะ เบาแบบว่าไม่มีปีไม่มีขลุ่ย ผมก็ไม่วัดจะพูดยังไง แต่คุณลุงต้องเข้าใจดี

คุณลุง

: คือมันเป็นความจริง ตอบไปปุ๊บคุณหมอได้เห็นตามความจริง คือมันเป็นอย่างนั้นจริงๆ อันนั้นมันเถียงไม่ได้ ธรรมชาติของพระพุทธเจ้าเถียงไม่ได้เลย ถ้าผู้ปฏิบัติเข้าใจเพราะเป็นความจริงตลอด จึงไม่มีอะไรปฏิเสธท่านได้เลย ฉะนั้นการฟังธรรมนั้นประเสริฐที่สุด บารมีที่เคยสร้างสมมามากน้อย โดยเฉพาะกับครูบาอาจารย์องค์นั้นๆ ก็เป็นส่วนหนึ่ง บางทีเราฟังจากองค์นั้นไม่เข้าใจ แต่ฟังจากครูบาอาจารย์องค์นี้อาจจะเข้าใจ ก็เพราะว่าบุญกุศลเราเคยทำร่วมกันมา อันนั้นเป็นเหตุปัจจัย คือเรื่องสังขารเรื่องของขั้นทั้งหลาย จิตหยิบยืมมาใช้ทั้งนั้น ความจริงมีอยู่จริงตามธรรมชาติทั่วไป เช่นความคิดอย่างนี้ สัญญาอย่างนี้ ก็ยืมเอามาใช้ ถึงเวลาตายแล้วเขาก็อยู่คู่โลกต่อไป เพราะมันเป็นสิ่งที่มีอยู่ตามธรรมชาติ





คุณหมอ : คุณลุงครับ ขออนุญาตถามเรื่องอสุภะครับ อย่างในพระไตรปิฎก ท่านบอกว่าการพิจารณาอสุภะ มันมีอยู่ ๑๐ แบบ อย่างเช่นว่าเราพิจารณาว่า ศพ ศพเราตายแล้วนี่ขึ้นอืด ศพเราตายแล้วนี่มีหนอนมาไช ศพเราตายแล้วพองสีเขียวๆ ดำๆ ศพเรามีเลือดไหลออกมา ศพเราขาดเป็นท่อนท่อน ศพเราถูกสัตว์กัด ศพเราผูก ร่อนเหลือแต่กระดูก ตรงจุดนี้คุณลุงมีข้อแนะนำ อย่างไรครับ

คุณลุง : คือต้องถามว่าคุณหมอสงสัยตรงไหน



คุณหมอ : คือในบางลักษณะการพิจารณาผมไม่ถนัด ที่ผมถนัดคือผมกำหนดว่าตัวผมตายแล้วกลายเป็นศพอาจารย์ใหญ่ ตอนที่ผมผ่าศพแล้วเอาศพไปดอง คือนั่นผมเห็นว่า เป็นดินเห็นๆ เลย คือพอผ่าชำแหละชำแหละไปมันมีแต่ดิน อันนี้อันหนึ่งที่ผมชำนาญ อีกอันหนึ่งที่ผมชำนาญคือว่า พอตายแล้วค่อยๆ ผูก ร่อนสลายไปเหลือแต่กระดูกแล้วก็กลายเป็นฝุ่นไปเลย อันนี้ผมชำนาญ

คุณลุง : ในขณะที่คุณหมอผ่าศพและพิจารณาเห็นตามความจริง ตรงนั้นจะเป็นปัจจุบันธรรม อย่างที่ผมได้พูดให้คุณหมอฟังตั้งแต่ตอนแรก ที่คุณหมอบอกว่าใน





พระไตรปิฎกเขาเขียนเอาไว้ว่ามีการพิจารณา ๑๐ แบบ
นั้น มันเหมือนกับเราได้ไปดูที่เขาถ่ายทอดเทปนะ
พระไตรปิฎกก็เป็นอย่างนั้น มันไม่ใช่ของจริงใจ
แต่ของจริง ๆ ก็คือการถ่ายทอดสด เอากล้องไปจับตรง
นั้นเลย เห็น ณ ขณะนั้นเดี๋ยวนั้น เรียกว่าเป็นธรรม
ที่แท้จริง เป็นธรรมสดๆ เป็นธรรมที่เกิดขึ้น
เฉพาะหน้า

คุณหมอ : ที่เรารู้สัมผัสได้ด้วยตัวเราเอง ณ ขณะนั้น

คุณลุง : ถูกต้อง เพราะฉะนั้นถ้าคุณหมอพิจารณา อย่าไป
เอาตำรา อย่าไปเอาที่เขาว่า แต่ขอให้เอาที่ใจคุณหมอ
เอง ณ ปัจจุบันนี้ ถนัดตรงไหนเอาตรงนั้นเลย อะไร
ที่เราสามารถเข้าใจได้ในตัวเราเอง เอาตรงนั้นเลย
ตรงนั้นถูกต้องที่สุด อันนั้นเรียกปัจจุบันธรรม อะไร
เกิดขึ้นในใจก่อน สงสัยตรงไหนพิจารณาตรงนั้นเลย
อย่าไปเอารูปแบบ รูปแบบนั้นเป็นเพียงความจำ
เป็นเพียงความคิด ที่เราคิดตรงนั้นไปเอาตรงนั้น
มันก็เป็นความจำที่มันไม่เกิดประโยชน์อะไรเลย

แต่ที่ท่านเขียนไม่ใช่ว่าของท่านไม่ดี พระพุทธเจ้า
ท่านสอนไว้ถูกต้องทุกอย่าง เพียงแต่ว่าเราต้องเอาตรง





นั่นแหละนุ่มเข้าหาใจ นุ่มเข้ามาหาจิตเราเอง แล้วมาพิจารณาตามที่เราเห็นตามความเป็นจริงนี้ อย่างคุณหมอพิจารณาตรงนั้นถูกแล้ว ตายแล้วก็เอาไปทำศพอาจารย์ใหญ่อย่างที่ว่า แล้วก็เห็นตามความเป็นจริง **ตรงนั้นถูกที่สุด เป็นปัจจุบันธรรม คือเราเอามาจากใจเราเอง ณ ขณะนั้น** โดยไม่เอาสิ่งที่เราเคยได้ยินได้ฟังมา ซึ่งเป็นสัญญาทั้งนั้น วางสิ่งเหล่านั้นให้หมด คือท่านเรียกว่าเอาไว้มูซา วางไว้ตรงที่บูชาก่อนความจำได้หมายรู้ต่างๆ ที่เราเคยได้เรียนมาทั้งหมดที่เราเรียกว่าปริยัตินั้นนะ วางไว้บนหิ้งก่อน เราไม่ได้ดูถูกดูแคลนหรืออะไร แล้วให้มาดูในจิตในใจของเราเอง นี่แหละ จูจิตก็ดูตรงนี้เอง ธรรมะเกิดขึ้นตรงนี้ ไม่ได้ไปเกิดขึ้นในตำรา หายสงสัยไหม

คุณหมอ : หายสงสัยครับ กำหนดได้หมดเลย

คุณลุง : ถูกต้อง อย่าไปเอารายละเอียดตรงนั้นก่อนตรงนี้ก่อน อย่างนั้นนะ ความจำ เหมือนเราไปดูหนังภาพยนตร์ที่เค้าถ่ายทำไว้นานแล้ว หรือเหมือนหนังที่เขาเล่าเราให้เราฟัง ไม่ได้ดูเอง นาย ก. ไปดูหนังมา แล้วมาเล่าให้เราฟังว่า หนังเรื่องนั้นเป็นอย่างนี้ อย่างนี้ ในพระไตรปิฎกก็เหมือนกัน แต่หนังที่เราดูเอง ก็เหมือน



คุณหมอฟิจารณาเอง ตรงนั้นนะเรียกว่าปัจจุบันธรรม
คุณหมอบอกดูหนังด้วยตัวเอง ปัญญาจะเกิดขึ้น ก็เพราะ
หนังที่เราดูด้วยตัวเองนี่แหละ ไม่ใช่หนังของคนอื่น
มาเล่าให้เราฟัง เอาใจเราเป็นหลัก อันนี้คือปัจจุบัน
ธรรม



**กิเลสเกิดขึ้นตรงนี้ เราโกรธตรงนี้ เราพิจารณา
ตรงนี้** ความโกรธมันทำให้เราสุขหรือทำให้เราทุกข์
โกรธแล้วมันเกิดประโยชน์อะไร เขาตำเมื่อวานขึ้น
แต่เราเอามาคิดตรงนี้ เวลานี้เขาไปหัวเราะอยู่ตรงนั้นนะ
แต่เราเอามานั่งเฝ้าตัวเองอยู่ตรงนี้ ถ้ามว่ามันเหมาะ
หรือไม่ มันดีหรือไม่ ความโกรธอันนี้มันเฝ้าใครกันแน่
มันเฝ้าเราหรือว่ามันเฝ้าผู้พูดที่เขาตำเรานั้นนะ แล้วมัน
ไม่จบแค่นั้นนะ คิดขึ้นมาเมื่อไรมันก็เฝ้าเราเมื่อนั้น
อาฆาตเมื่อนั้น ดีไม่ดี ไปฆ่าไปแกง ในขณะที่เขากำลัง
หัวเราะอยู่ เราก็เข้าไปติดคุกติดตารางอีก มันมีแต่โทษ
ความโกรธ มันไม่เห็นมีประโยชน์อะไรเลย มันก็เป็น
อย่างนี้ **เพราะฉะนั้นต้องละความโกรธ ณ ขณะปัจจุบัน
ธรรมที่มันเกิดขึ้น** ความโลภก็เช่นเดียวกัน มีเท่านั้น

ก็ไม่พอ มีเท่านี้ก็ไม่มีพอ เราจะยกประเทศไทยเป็นของ
เราคนเดียว ยกโลกทั้งโลกเป็นของเราคนเดียว ก็เลส
เป็นอย่างนั้น ความหลงก็ที่ว่า โนนก็เรา นี่ก็เรา
ลูกของเรา เมียของเรา สมบัติของเรา ในที่สุดแม้แต่
สมบัติคนอื่นก็อยากจะเอามาเป็นของเราอีกนั่นแหละ
ก็เพราะมันมีเราตัวเดียว เราดี เราเด่น เราสูงกว่าท่าน
เราเหนือท่าน เราเสมอท่าน ว่าไปอย่างนั้นอีก ก็เพราะ
เราตัวเดียว **ถ้าเผื่อว่าพิจารณาไปถึงขั้นสุดท้ายจริงๆ
คือไม่มีเราซะเลยนี้** รูปก็เป็นรูป เวทนามก็เป็นเวทนา
สัญญาก็คือสัญญา สังขารก็คือสังขาร วิญญาณก็คือ
วิญญาณ เหล่านี้สักแต่ว่าทั้งสิ้น ส่วนจิตก็คือจิต
จบ มันไม่มีเรา

เมื่อก็คุณหมอดูถามดี ถามว่าจิตนี้มันเป็นยังไงนะ
ผมก็บอกว่า **จิตคือชีวิต** คือมันเป็นตัวเป็นนะ **จิตนี้
เป็นตัวเป็นตัวเดียว** นอกนั้นเป็นของตายทั้งหมด สมมติ
ทั้งหลายนี้เป็นของตายหมดเลย มีจิตเท่านั้นที่เป็นของ
เป็นนะ แต่ของเป็นนั้น ถ้ามันเป็นของเป็นเฉยๆ มัน
ก็ไม่มีอะไร แต่ถ้ามันเป็นแล้วมีคนมาควบคุมนะ มัน
ก็เข้าไปตามกำหนดของผู้ควบคุม ไม่ใช่ว่าเป็นตัวเป็น
อย่างเดียว อย่างคนบ้าที่คุณหมอดูถาม คนบ้านี้ก็มึนอยู่
แต่รู้อันนั้นเต็มไปด้วยอวิชชา มันก็เลยละเหวไป

อย่างนั้น รู้เฉยๆ มันก็จบ เป็นพระอรหันต์ไปได้ โดยที่ไม่ต้องไปทำอะไรเลย เพราะจิตเป็นเช่นนั้นแต่ไหนแต่ไรมา

คุณหมอ

: เวลาเรากำหนดกายเป็นศพ จิตมันเด่น แล้วผมควรจะทำอย่างไรต่อครับ

คุณลุง

: พอจิตเด่นอย่างนั้น ก็ถอนจิตขึ้นมา หมายถึงว่าความจริงเราต้องการให้จิตเด่นก่อน เพื่อเอาสติให้มันเป็นอัตโนมัติ ถ้าหากว่าเราไม่ได้ตรงนั้นมา เวลาพิจารณา มันจะตกเพราะเราจะไม่อยู่กับจิตแล้ว **การพิจารณาทุกครั้งต้องมีสติทุกครั้ง สติก็หมายถึงว่าอยู่กับรู้ได้ตลอด หรือมีจิตเด่นอยู่ตลอดอย่างนั้นนะ** มันถึงจะพิจารณาแล้วเกิดผล **เมื่อเราพิจารณาโดยปราศจากสติหรือความเด่นของจิตนี้ มันเหมือนไม่มีภาชนะที่ไปรองรับผลไม้ที่เราเก็บมาจากป่า** การที่เราเข้าไปป่าแล้วเราไปเก็บผลไม้มา เราจำเป็นต้องมีภาชนะ เช่น กระเช้า เข่ง อะไรก็ว่าไป เสร็จแล้วเราก็จะเอาผลที่เราผลิตได้เก็บได้นั้น มาใส่เข่งขนเอากลับบ้าน แต่ถ้าเมื่อเราขาดกระเช้าขาดเข่ง เราก็ไม่รู้จะเก็บผลมากมายเหล่านั้นกลับมาบ้านได้อย่างไร

เพราะฉะนั้นการปฏิบัติธรรม สติจึงเป็นสิ่ง
สำคัญที่สุด คำว่า สติ ก็คือรู้เด่น ที่คุณหมอนั้น
แหละ ตัวเดียวกัน คือมันไม่ลืมรู้ ไม่ลืมจิต จิตมัน
เด่นอยู่ตลอด ที่นี้ถ้าหากว่าสติตัวนี้มันไม่เป็นอัตโนมัติ
หรือไม่เป็นมหาสติอย่างที่ครูบาอาจารย์ท่านสอน เวลา
เราคิดพิจารณา มันจะตกไป แล้วลืมจิต ลืมผู้เด่น กลายเป็น
สัญญาไปหมด กลายเป็นลมๆ แล้งๆ ไปหมดเลย
รู้ก็รู้แบบนกแก้วนกขุนทอง พุดไปอย่างนั้นแหละ
แก้วจำแก้วจำ ก็พุดแค่นั้น แต่ไม่รู้ความหมายว่า
แก้วจำมันคืออะไร แต่ในขณะเดียวกัน ถ้าหากว่าเรา
มีสติ คมอยู่กับจิตเพราะจิตเป็นผู้รู้ ผู้เข้าใจ เป็น
ภาชนะรองรับธรรมทั้งหลาย ที่จะเกิดขึ้นโดยการ
พิจารณาของเรา มันก็เป็นผลอันแท้จริงขึ้นมา มันก็
แตกต่างกันแค่นี้แหละ

เพราะฉะนั้น ให้ทำสมาธิก่อนก็เพื่อเป็นมหาสติ
ขึ้นมาก่อน ก็คือรู้เด่นอย่างที่คุณหมอนั้น อันนี้ก็ถอน
ขึ้นมาพิจารณากายให้มันชัด เมื่อเข้าใจชัดมัน
จะปล่อยวางกายไปเองโดยอัตโนมัติ เราไม่ต้องไป
ปล่อยเลย เมื่อเข้าใจเรื่องกายชัดเจนมันจะไม่
พิจารณากายอีกแล้ว เหมือนเรากินข้าวอิ่มแล้วเราไม่
กินซ้ำอีก แล้วก็มาพิจารณาเวทนาบ้าง สมัยก่อนที่



ผมปฏิบัติ ผมก็งตรงเวทนานี้ เอ้..ครูบาอาจารย์
ท่านบอกว่าความเจ็บมันไม่ใช่เรา มันไม่ใช่เราอย่างไรนะ
เจ็บขึ้นมาที่ไรมันเป็นเราทุกที ผมติดตรงนี้อยู่นาน
พิจารณาเป็นปีๆ ในที่สุดตอนนั้น ประมาณสัก ๑๐
โมงเช้า ผมอยู่ที่ร้านนี้แหละ อยู่คนเดียวเสียด้วยแล้ว
ก็ไม่ค่อยมีคน ความจริงช่วงนั้นขายของดีนะ แต่ช่วง
นั้นบังเอิญไม่มีคน ปกติจะมีเด็กช่วยขายของเพราะ
ผมขายของอยู่ มาพิจารณาเรื่องของเวทนานี้แหละ
ตอนนั้นประมาณปี ๒๕๓๖-๒๕๓๗ นี่แหละครับ
ในขณะที่พิจารณาเวทนานั้น มันเกิดความเข้าใจว่า
เวทนานี้ไม่ใช่เรื่องของจิตเลย เป็นคนละส่วนกัน
โดยตรง เมื่อเข้าใจเช่นนั้น เวทนานี้มันลอยออกจาก
ความรู้สึกเลยนะ มันคนละอันกันเหมือนเราเอามือตัด
อะไรสักอย่าง ขาด ๒ ท่อนไปเลย ปลิวหรือลอยออก
ไปจากใจเลย มันคล้ายๆ นิमित ทำให้เราเห็น
ชัดๆ เลยว่า โอ้ย มันเป็นคนละอัน จากนั้นมันสบาย
นะครับคุณหมอ แต่อย่าให้ผมบอกเลยว่ามันสบาย
อย่างไร ขอให้คุณหมอบริบัติไป เดี่ยวจะรู้เองเห็นเอง
ตามนี้แหละ ตามที่พระพุทธเจ้าท่านสอนไม่มีผิดเพี้ยน
เลย แต่ที่นี้จะบอกว่า ถ้าเป็นอย่างนั้นจริงลองเอา
ไม้มาตีหัวดูซิมันจะร้องโอ้ยไหม ไม่ใช่อย่างนั้นนะครับ
เวทนาไม่ยากมีใครเห็นหรือ เพราะมันเป็นสิ่งที่





ไม่น่ามองไม่น่าดู เป็นสิ่งที่ไม่น่ารัก ทั้งๆ ที่จิตไม่ได้
เกี่ยวข้องด้วยเลย จิตเพียงรู้เฉยๆ เวทนาเป็นเพียง
ความจริงอันหนึ่งเท่านั้น ที่เกิดขึ้น ตั้งอยู่ และ
ดับไป ที่ท่านเรียกว่า ไตรลักษณ์ นั้นแหละ ใจมัน
ยอมรับว่าสิ่งนี้มันคนละอันกับจิต คนละอันกับรู้
คนละอันกับกาย เพราะคนตายไม่เห็นมีความเจ็บเลย
เช่นเอาไฟไปเผามันไม่เห็นมีความเจ็บเลย ก็เพราะอะไร
ก็เพราะมันไม่มีความรู้สึก เราก็แยกออกไปได้อีก
ความรู้สึกไม่มี สิ่งที่มันจะรู้ร้อนไม่มี สิ่งที่มัน
จะรู้หนาวไม่มีสิ่งที่มันจะรู้หิวไม่มี ก็หมายถึงรู้ที่เรา
มีอยู่ทุกคนนี่แหละ

สัตว์โลกทั้งหลายมันก็มีรู้ตัวนี้แหละ อย่าง
ไส้เดือนมันก็มีรู้ตัวนี้ เขาเรียกจิตใจ แต่ไส้เดือนมันรู้
แล้วไม่มีปัญญา เช่น มันตากแดดอยู่กลางแจ้ง มัน
ก็คลานไปด้วยความร้อน คลานไปแต่ไม่รู้ว่าคลาน
ไปไหน พอคลานไปคลานยังงี้ก็ไม่พ้นแดดสักที เพราะ
ความไม่รู้เรื่อง ไม่มีปัญญาไง จริงๆ แล้วปัญญามัน
ก็ไม่ใช่จิตอีก มันก็เป็นอีกอันหนึ่งที่จิตยึดมาใช้เฉยๆ
ก็รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณนั้นแหละก็ว่าไป
ปัญญาก็คือความคิดที่ยึดมาใช้แยกแยะ พิจารณา
เพื่อให้เห็นความจริง คือทุกอย่างไม่ใช่เรื่องของจิต





ชั้น ๕ นี่แม่เราตาย มันก็มีอยู่ให้คนอื่นได้
รู้ได้เห็นนะ เพราะจิตเป็นผู้ยืมสิ่งเหล่านี้มาใช้ ถึง
เวลาก็กว้างไป เมื่อว่างแล้วมันไม่ได้หายไปไหน
มันก็อยู่ตามเดิมเหมือนอุปกรณ์เครื่องใช้ต่างๆ ใครเอา
ไปใช้ก็ได้ เพราะสิ่งเหล่านี้เป็นของกลาง เป็นของ
สาธารณะ เป็นสมบัติ เป็นส่วนหนึ่งต่างหากออกไป
แต่ด้วยความไม่รู้ของเรา ก็เหมือนว่าเป็นตัวเราเป็นเรา
ชั้น ๕ ทั้งหมดมาเป็นเราเป็นหนึ่งเดียวอย่างนี้
ความอยาก ความหิว ความอึด รสชาติที่กินเข้าไป
เราก็อาหารได้กินทั้งนั้น จริงๆ นะเปล่า เราไม่ได้
กินเลย ได้สัมผัสเฉยๆ เหมือนกระจก สัมผัส รสหวาน
รสเปรี้ยว รสมัน รสเค็มแค่นั้นเฉยๆ อวิชชามันกับบอกว่า
เรานั้นแหละได้รสหวาน รสเปรี้ยว รสมัน รสเค็ม
กินได้อึด จริงๆ แล้วอึดมันก็เป็นอาการหลอก
ตัวหนึ่ง หิวก็เป็นอาการหลอกตัวหนึ่ง เป็นเวทนา
ความสุขความทุกข์ เป็นเวทนาที่เราต้องทำความ
เข้าใจทั้งนั้นเลย

เมื่อเข้าใจก็หมดปัญหา เข้าใจแล้วไม่มีอะไรร้อน
กับอะไรเลย แต่จริงอยู่เราก็ต้องกินไปตามธรรมชาติ
ที่เราเกิดมาแล้วรับผิดชอบกายนี้ เกิดมาแล้วจะเอาไป
ทิ้งที่ไหน ก็ต้องรับผิดชอบตามกรรมที่สร้างไว้





สร้างกรรมมาอย่างนี้ต้องใช้กรรมให้หมดก่อน
เกิดมาหิว หิวก็ต้องกิน เจ็บก็ต้องรักษากันไปตาม
ธรรมชาติ อย่างนั้นละครับคุณหมอ เมื่อกี้คุยถึงทำสมาธิ
คุณหมอก็อยู่กับตัวที่มันเบาที่สุดนั่นแหละ

คุณหมอ : ราคะเป็นเวทนาไหม

คุณลุง : เป็นเวทนาตัวหนึ่ง **ราคะก็เวทนา**

คุณหมอ : คือจิตยังสำคัญว่า เวทนาตัวนี้ เป็นตัวเอง

คุณลุง : ใช่ แต่ว่าได้เสพ สุขตัวนั้นเราชอบเหลือเกิน ก็นี้กว่า
เราได้เสพ **จริงๆ แล้วมันเป็นเพียงจิตได้เห็นอาการ**
เหล่านั้นเท่านั้นเอง เห็นว่าเราสุขในขณะที่เรา
สุดยออดขึ้นมา เสียวขึ้นมา ถือว่าเป็นเรา เราเสียว
ว่างั้น จริงๆ แล้วมันก็ปรากฏมาให้เห็นเหมือนกับเรา
เห็นสายลมแสงแดดอย่างนั้นละครับคุณหมอ แค่นี้
เท่านั้น ความเจ็บก็เหมือนกัน เห็นว่ามันเจ็บอย่างนี้
จริงๆ แล้วความเจ็บมันไม่ใช่ความเจ็บ คุณหมอลอง
พิจารณาให้ดี อันนี้เล่าเกินมาหน่อยหนึ่ง ความเจ็บเรา
พิจารณาดูว่า อย่างที่หลวงพ่อบอก ก็ว่ามันไม่ได้
เจ็บ กระตูกก็ไม่ได้เจ็บ เนื้อก็ไม่ได้เจ็บ หนังก็ไม่ได้
เจ็บแล้วอะไรมันเจ็บ ก็คนตายไม่เห็นเจ็บ





ถ้าเอาจิตออกไปแล้ว หนึ่งล้วนๆ ก็ไม่เจ็บ
กระดูกล้วนๆ ก็ไม่เจ็บ เอ็นล้วนๆ ก็ไม่เจ็บ เลือดเนื้อ
ตรงไหนไม่มีเจ็บเลย เอ้าแล้วถามว่าอะไรมันเจ็บ
ก็เวทนามันเจ็บละมัง เวทนามันไม่มีชีวิตมันเป็นของ
ตายอยู่แล้ว มันไปเจ็บตรงไหน แล้วอะไรเจ็บละทีนี้
ไล่เข้ามา ไล่ไปถึงใจ ใจเจ็บหรือไง เอ๊ะใจมันก็ไม่ได้
เจ็บ ใจมันเจ็บได้ที่ไหน ก็แค่รู้ **เมื่อใจเจ็บไม่ได้ รู้
เฉยๆ คือเห็นเฉยๆ** ใจเราก็เหมือนสายตานะครับ ตาก็
แค่เห็นแค่ดู สีเขียวสีแดง สีเขียวเป็นอย่างนี้ สีแดง
เป็นอย่างนี้ สีเขียวสีแดงมันไม่ใช่ตานี้ เวทนามันเหมือนกัน
กับสีแดง เอาอย่างนี้ดีกว่า หากว่า ใจเปรียบเหมือน
สายตา ดวงอาทิตย์เปรียบเหมือนเวทนา ลองให้สายตา
เราไปสัมผัสดวงอาทิตย์ดูซิ มองไม่ได้ เพราะเป็น
เวทนาตัวหนึ่งเหมือนกัน แต่ดวงอาทิตย์เขาไม่มีความ
รู้ลึกรู้ว่าเขาสว่างเกินไป สายตาก็มองได้บอกว่าเขาสว่าง คือ
**จริงๆ แล้วมันไม่มีอะไรเป็นอะไร เจ็บหรือเวทนา
ตัวนี้เป็นสัญญาเก่าของเรา ที่ไปบอกว่าตัวนี้มันเจ็บ
จำได้หมายรู้กันไปอย่างนั้นว่ามันเจ็บ** เราไปติดบัญญัติ
เฉยๆ ว่านี่เรียกว่า เจ็บ ความเจ็บจริงๆ แล้วมันเป็น
นามธรรมอันหนึ่ง มันไม่เกี่ยวข้องกับจิต ไม่เกี่ยวข้องกับ
กับเราไม่เกี่ยวข้องกับรู้เลย เวทนาเป็นอันหนึ่ง เป็น
สิ่งหนึ่งที่ไม่ใช่เจ้าของ **ตัวเวทนาเองเค้าก็ไม่รู้ว่าเค้าเจ็บ**





จิตเองก็ไม่มีฐานะที่จะไปว่าว่าเขาเจ็บ ถ้ามันไม่มี
ความคิด แต่ที่จิตเล่นเอาความคิดมาบอกว่ามันเจ็บ
มันผสมผสานกันเหมือน ข้าวเหนียวน้ำกะทิยังงั้นนะ
ความหวาน ความมัน ความเค็มมาประกอบกัน
เป็นข้าวเหนียวน้ำกะทิไป ความอร่อยจริงๆ แล้ว
ไม่ได้บอกว่าอร่อยเลย คือจิตเท่านั้นที่ไปสำคัญ
มันหมายอะไรต่างๆ นาๆ ส่วนความเจ็บเหมือนกัน
นะ หันมาพูดถึงความเจ็บอีกทีหนึ่ง ถ้าไม่มีความคิด
มาบอกว่าเจ็บแล้วมันจะเจ็บไหมล่ะหรือว่าไม่มีอะไรเจ็บ
จิตก็เจ็บไม่ได้ แค่นี้ ถ้าความเจ็บนั้นมีอยู่แต่เราไม่เรียก
ว่าเจ็บแล้วที่นี้เราอยากจะเปลี่ยนคำพูดแล้ว เปลี่ยนเป็น
อะไรดีละ ให้มันสวยๆ หน่อย จักจีได้ไหมหมอ ความ
เจ็บอันนี้ถ้าเปลี่ยนเป็นจักจีมันก็คงได้ แต่เราไปติด
ตรงคำว่าเจ็บนี้แหละ กลัวจริงๆ เลย

อย่างเวลาเสพงามไม่เห็นบอกว่าเจ็บเลย มาเรียก
ซะใหม่ว่ามันเสียวนะ เอ้อ จริงๆ แล้วมันเป็นเวทนา
ตัวหนึ่งเหมือนกัน อาการเหมือนกันเลย **เจ็บกับความ
เสียว อันเดียวกันเลยแต่ว่าหน้าตามันผิดกันเหมือน
กับคนสองคน** แต่เรากลัวความเจ็บมากกว่า แปลกไหม
ฮะ เนี่ยมันเป็นวิทยาศาสตร์จริงๆ เลยนะ มันเป็น
วิทยาศาสตร์จริงๆ เลย สุขเวทนา ทุกขเวทนามันเป็น





เวทนาเดียวกัน แต่มันเป็น ๒ คน มันเป็น ๒ อย่าง
มันเป็น ๒ ตัว มันเป็น ๒ ลักษณะว่างั้นเถอะ ลักษณะ
หนึ่งเราชอบ อีกลักษณะหนึ่งเราไม่ชอบ มันก็เป็นเพียง
ชอบกับไม่ชอบเท่านั้นเอง คุณธรรมะแล้วมันหะคุณหมอ
คุยแล้วมัน

คุณหมอ : แต่ว่าประเด็นนี้ผมต้องไปพิจารณาอีกหลายรอบเพราะ
ว่าผมยังแยกไม่ได้

คุณลุง : ไซ้ ไซ้ มันไม่รู้ที่เดียว เพราะว่าจิตของเราเคยโดน
ปิดบังมาไม่มีประมาณเลย ดำมืดมาตลอด อยู่ๆ เรา
จะให้มันสว่างวับขึ้นมาเลยมันก็เป็นของยาก
เหมือนกัน ค่อยๆ พิจารณาไป ตามความเป็นจริง
อย่างนี้แหละ พระพุทธเจ้าท่านเห็นแบบนี้ เห็นอย่าง
ที่เราคุยกันนี้แหละท่านจึงเอามาสอน และเอาของจริง ๆ
มาสอนด้วย ไม่ใช่ตกแต่งขึ้นมาหลอกลวงชาวโลก
เปล่าๆ เลย ท่านเอาของจริงที่อยู่ท่ามกลางแสงแดด
จ้าๆ ไม่มีปิดบังนี้แหละ ไม่ได้แต่งเป็นละครเป็นหนัง
มาสอน แต่งนิยายขึ้นมาหลอกกันเฉยๆ ก็ไม่ใช่ เอา
ความจริงที่เรียกว่าสัจธรรมมาพูดมาสอน เป็นสัจธรรม
เป็นความจริง เพราะฉะนั้นความจริงอันนี้ใครก็เห็นได้
ถ้ามีดวงตาที่มันสว่าง มีวิชาที่มันฉลาด ไม่ใช่มีแต่



อวิชาที่มันไม่รู้เรื่องราวอะไร ปกปิดตัวเองมาตลอด
จริงๆ แล้วเป็นเรื่องที่เปิดเผย เป็นสิ่งที่เปิดเผยอยู่
กลางแจ้งเลย โอ้โห มองดูแล้วก็เห็นว่าเราโดนหลอก
มาไม่รู้กี่ปีก็กลับ ไม่มีประมาณ ค่อยแล้วสนุกดี
ค่อยแล้วสนุก คนพิการก็สามารถปฏิบัติได้ อย่าไปคิดว่า
ต้องเป็นพระสงฆ์องค์เจ้า ต้องเป็นนักบวชเท่านั้น
จริงๆ แล้ว ฆราวาสมีครอบครัวก็สามารถปฏิบัติ
จนถึงมรรคถึงผลได้เหมือนกัน





บทสรุป

มนุษย์เรียกตัวเองว่าเป็นสัตว์ประเสริฐ เราลองพิจารณาดูว่า มันประเสริฐตรงไหน เพราะเราก็เป็นสัตว์โลกชนิดหนึ่งที่ต้องกิน ต้องนอน ขับถ่าย หาทີอยู่อาศัย และการผสมพันธุ์ เป็นต้น เมื่อพิจารณาดูดังนี้ ก็ไม่เห็นว่ามันจะแตกต่างกับสัตว์โลกทั่วไปตรงไหน เมื่อเรามาพิจารณาแล้วคำว่า **สัตว์ประเสริฐ** นี้ ก็คือ เราสามารถเลือกทางเดินของเราได้ ว่าเราจะเดินไปในทางชั่วหรือทางดี เราจะไปนรกหรือไปสวรรค์ หรือจะเดินไปสู่นิพพาน เราสามารถสร้างทาน ศีล ภาวนา และเรายังสามารถมีสติสัมปชัญญะในการกำกับตน ตรงนี้เองที่เราเรียกมนุษย์ว่าเป็นสัตว์ประเสริฐ ธรรมดาแล้วสัตว์โลกทั่วไปล้วนเห็นแก่ได้ เห็นแก่ตัว เอาวัดเอาเปรียบ ผู้ที่แข็งแกร่งกว่าข่มเหงรังแกผู้ที่อ่อนแอกว่า เอาวัดเอาเปรียบกันทุกรูปแบบ





มนุษย์เราจึงมีศาสนาเข้ามาเป็นเครื่องกั้นความชั่ว
ทั้งหลาย ให้เหลือแต่ความดี ซึ่งจะทำให้มนุษย์ได้ละชั่วและทำดี
เพื่อหลีกเลี่ยงความทุกข์และสร้างความสุขให้เกิดขึ้นทั้งทางกายและ
ทางใจ ดังนั้นพระผู้มีพระภาคเจ้าจึงได้พยายามแนะนำสั่งสอนให้
พุทธบริษัททั้งหลายให้ทำดีทุกวิถีทาง เช่น การทำทาน รักษาศีล
เป็นต้น

การทำทานนั้นก็เพื่อให้เราละการเห็นแก่ได้เห็นแก่ตัว
ไม่เอารัดเอาเปรียบ การที่เราเป็นผู้ให้อยู่บ่อยๆ ทำให้เราละความ
ตระหนี่ถี่เหนียว การเห็นแก่ได้และเห็นแก่ตัวได้ จิตที่มีแต่ให้นั้น
เป็นจิตที่มีความเมตตาสงสาร เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ มีการเห็นอกเห็นใจ
กัน ตรงข้ามกับจิตที่มีความต้องการอยู่ตลอด เห็นของคนอื่นก็อยาก
ได้มาเป็นของเรา เพราะจิตนี้มีความโลภอยู่ จึงเป็นจิตที่มีคมน
เป็นจิตที่เห็นแก่ตัว เป็นจิตที่มักมาก เช่น เห็นสัตว์ก็อยากเอาชีวิต
เขามาเพื่อกินเนื้อ โดยที่ไม่ได้เห็นแก่ชีวิต ความเจ็บปวดหรือความ
ทุกข์ทรมานของเขา จิตที่คิดเผื่อแผ่นั้นย่อมเป็นจิตที่มีแต่ความสุข
อิมเอิบ ปลื้มปิติ เช่น การทำบุญตักบาตร การช่วยเหลือผู้ที่ตกทุกข์
ได้ยาก เป็นต้น ตรงข้ามจิตที่มีแต่จะเอานั้นเป็นจิตที่ทุรนทุรายมี
ความทุกข์และเป็นจิตที่ขาดเมตตาธรรม พระผู้มีพระภาคเจ้าจึงให้
เราทำทานเพื่อความสุขในปัจจุบันและอนาคต

การรักษาศีลเป็นบุญเป็นกุศลมากกว่าทาน เป็นจิตที่มี
พรหมวิหาร ๔ คือ เมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา เป็นจิตของ





พรหมอันประเสริฐ พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสไว้ว่า **ศีลจะนำเราไป
สวรรค์และนิพพานในที่สุด ศีล ๕ เป็นพื้นฐานแห่งศีล** มนุษย์
เราเมื่อขาดจากศีล ๕ แล้ว ตายไปจะไม่มีโอกาสขึ้นมาเป็นมนุษย์
อีก หมายความว่า ย่อมดิ่งลงสู่อบาย คือ ความไม่สบายอย่างแ
นอน โดยเฉพาะอบายภูมิ ๔ คือ เปรต อสุรกาย ลัตว์เดรัจฉาน
และสัตว์นรก ฉะนั้นเราจึงจำเป็นต้องมีศีล ๕ เป็นอย่างน้อยเพื่อที่
จะหลีกเลี่ยงความทุกข์ทั้งปัจจุบันและในภพภาคหน้า

ทุกคนรังเกียจความทุกข์รักความสุขด้วยกันทั้งนั้น แต่ปรารถ
ว่าทุกคนก็ได้สร้างแต่ความทุกข์ คือ บาป รักความสุขแต่ไม่เคย
สร้างบุญ สร้างกุศลเอาไว้เลย ไม่เคยรักษาศีล ตรงนี้เองเราจำเป็น
ต้องมีศีล เพราะการกระทำสิ่งใดย่อมได้รับสิ่งนั้น เมื่อเราทำบาป
แล้วเราจะปฏิเสธบาปหรือทุกข์นั้นไม่ได้ เช่นเดียวกับบุญ นับตั้งแต่
การทำทาน รักษาศีล บำเพ็ญภาวนา เราก็ย่อมได้รับบุญหรือความ
สุขอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้เช่นเดียวกัน **ศีลเป็นสิ่งสำคัญอย่างยิ่งที่ต้อง
รักษาไว้ นับตั้งแต่บัดนี้จนตลอดชีวิต**

บางครั้งเราอาจจะคิดว่า เราไม่สามารถที่จะรักษาศีล ๕ เอา
ไว้ได้ เพราะเรายังต้องทำมาหากินอยู่ ชาวไร่ชาวนาจะ
ต้องพ่นยาฆ่าแมลง ขุดดิน ถางป่า แล้วเราจะรักษาศีลข้อนี้ได้อย่างไร
**พระผู้มีพระภาคเจ้าได้ประกาศธรรมไว้อย่างละเอียดแล้วว่า
เจตนาเป็นสิ่งสำคัญ** เมื่อเรามีเจตนาตั้งจิตอธิษฐานหรือปฏิญาณ
เอาไว้อย่างแน่วแน่แล้วว่า เราจะรักษาศีล ๕ ไว้ตลอดชีวิต แต่บังเอิญ



เราไปขุดดินถูกไล่เดือนทำให้มันต้องตาย อันนี้ถือว่าเราไม่มีเจตนา
ที่จะทำลายชีวิตเขา จึงถือว่าไม่ผิดศีลข้อหนึ่ง การลักขโมย
หากเราไม่เจตนาขโมยก็ถือว่าเราไม่ได้ทำผิดศีลอีกเช่นกัน ศีลข้อสาม
เราก็ควรอยู่ในขอบเขตของเรา ไม่ผิดฝั่งผิดฝา ล่วงล้ำลูกเมียของ
คนอื่นซึ่งต่างก็รักและหวงแหนเช่นเดียวกันกับเรา ส่วนศีลข้อสี่
สมมติว่ามีคนมายืมเงินเรา ปรากฏว่าผู้ที่มายืมเรานั้น มายืมเงินเรา
บ่อยครั้ง แต่ยังไม่เคยคืนเลยซักครั้ง วันนี้มาขอยืมอีก ภาษาพูด
ของคนเราที่ปฏิเสธจะไม่ให้ยืมเงิน ก็มักจะบอกว่า ฉันไม่มี อันนี้ไม่
เข้าข่ายมูสา เพียงแต่เราสื่อสารกันให้รู้ว่าเราไม่ให้เท่านั้น ส่วนศีล
ข้อห้า สุราฯ ตามปกติ คนเรานั้นมัวเมาอยู่แล้วในทุกเรื่อง เพราะ
ยังขาดสติสัมปชัญญะในการกระทำสิ่งต่างๆ เมื่อเราดื่มสุราเข้าไปอีก
แน่นอนการมัวเมา การขาดสติสัมปชัญญะย่อมมีเพิ่มขึ้น ความมัว
เมาลุ่มหลงย่อมเกิดขึ้น จึงไม่แตกต่างอะไรกับคนบ้า คนเสียสติ
ไม่รู้ผิดรู้ถูก ขาดการยับยั้งชั่งใจ

การรักษาศีล ๕ ตลอดชีวิต เราอย่าไปกังวลถึงอนาคตว่า
เราจะรักษาไม่ได้ กลัวจะเสียสัจจะ กลัวจะได้รับโทษ อันนี้เป็น
เรื่องผิด **การรักษาศีลเรารักษาในปัจจุบันเท่านั้น** ส่วนอนาคต
ยังมาไม่ถึง เราต้องปล่อยวางไว้ก่อน อย่าไปคิดล่วงหน้าว่าทำไมได้
จะเป็นการขัดขวางการสร้างคุณงามความดีของตน โดยหลงคำหลอกล
วงของกิเลสที่คอยกระซิบบอกอยู่ตลอดเวลาว่าอย่าทำความดี
อย่าสร้างกุศล เรารักษาไม่ได้หรอก มันยากเกินไป เป็นอุปสรรค
ในการรักษาศีล สมมติว่าเรารักษาศีล ๕ ไว้วันนี้ พรุ่งนี้เราตายนั้น



แสดงว่า เรายังรักษาศีลไว้ตลอดชีวิตแล้ว เช่น เรายังรักษาศีล ๕ ไว้ได้ ๓๐ วัน วันที่ ๓๑ เราตาย ถือว่าเราสามารถรักษาศีลไว้ได้ตลอดชีวิตแล้ว ถ้าเรายังรักษาศีลได้ ๕ วันหรือหนึ่งเดือนแล้วขาดจากศีล เช่น เผลอตกบ่วงตาย เราสามารถตั้งปฏิญาณใหม่ได้เช่นเดียวกับการปลงอาบัติของพระ ขอเพียงแต่เราอย่าโกหกตัวเอง หลอกหลวงตัวเองว่าจะรักษาศีลแต่กลับไม่มีเจตนาที่จะรักษาสิ่งที่จะรักษาตั้งไว้ อันนั้นถือว่าผิด แต่ถ้าเราตั้งปฏิญาณด้วยความจริงใจแล้ว ทุกครั้งที่ทำผิดพลาดจากศีล เราก็สามารถตั้งปฏิญาณใหม่ได้ ดังนั้นการรักษาศีล ๕ จึงไม่มีอุปสรรคใดๆ ทั้งสิ้น ให้ถือเอาปัจจุบันเป็นที่ตั้ง ส่วนอดีตที่ได้รักษาศีลไว้อย่างถูกต้องก็เป็นกุศลผลบุญของเราอยู่แล้ว จะน้อยหรือมากก็ดี



ส่วนการภาวนานั้น การรู้ตัวพร้อมเป็นสิ่งสำคัญที่สุด ก็คือการมีสติสัมปชัญญะ คำว่าสติสัมปชัญญะนี้ ไม่ใช่สติของคนธรรมดาทั่วไป แต่เป็นสติของนักปฏิบัติโดยตรง สติ คือ ตัวระลึกสัมปชัญญะ คือ การรู้ตัว เราต้องมีสติให้มีการรู้ตัวอยู่ตลอดเวลา การรู้ตัวนี้ไม่จำเป็นที่จะต้องเอาความรู้สึกนี้ไปไว้ที่ส่วนใดส่วนหนึ่งของร่างกาย เพียงแต่ให้มีความรู้สึกตื่นขึ้นที่ใจเพียงอย่างเดียวเท่านั้น การตื่นนี้ตื่นเพื่ออะไร ก็เพื่อคอยดูว่ามีสิ่งใดกระทบทางตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจ เมื่อมีสิ่งกระทบแล้ว เรามีความ

รู้สึกละอย่างไร มีความโลภ ความโกรธหรือไม่ มีอารมณ์ดีชั่ว
เช่นไร พิจารณาว่าอารมณ์หรือสิ่งที่เกิดขึ้นเป็นคุณหรือเป็นโทษ
กับตนเองหรือไม่ ให้เราเห็นและพิจารณาใคร่ครวญเช่นนี้
อยู่ตลอดเวลา ๒๔ ชั่วโมง ยกเว้นหลับ นี่คือ ความเพียรที่เรา
ต้องฝึกให้เป็นนิสัย มีความเพียรเป็นหลักให้เป็นไปอย่างต่อเนื่อง
อยู่ตลอดเวลา ไม่ว่าจะเป็น ยืน เดิน นั่ง นอน หรือทำสิ่งอื่นใด
อยู่ในอิริยาบถทั้ง ๔ นี่คือสติสัมปชัญญะ

สมณะกรรมฐานนั้นมีถึง ๔๐ ห้องด้วยกัน ทั้งนี้เพื่อให้จิต
เกิดความสงบปราศจากสิ่งรบกวนทั้งหลาย ไม่ว่าจะเป็นพุทโธ ธัมโม
สังโฆ หรือยุบหนอ พองหนอ หรือแม้แต่อานาปานสติ ทั้งนี้ก็เพื่อ
ต้องการความสงบนั่นเอง **ความสงบเปรียบเหมือนน้ำที่ใส** ทำให้
เราสามารถมองเห็นกุง หอย ปู ปลาใต้ผิวน้ำ ซึ่งเปรียบเหมือนกับ
สภาพจิตใจของตนได้อย่างถนัดชัดเจน ตรงข้ามถ้าจิตฟุ้งซ่าน
หรือไม่สงบก็เปรียบเหมือนน้ำขุ่น ย่อมมองไม่เห็นสภาวะของใจ
ตนได้เลย ฉะนั้นการภาวนาพุทโธ หรือ อานาปานสติ เราต้องการ
ผลแห่งความสงบเท่านั้น สมณะกรรมฐานจึงเป็นแม่บทให้เกิดความ
สงบ ซึ่งความสงบนี้ จะทำให้จิตเกิดความว่าง ปราศจากสิ่งรบกวน
สิ่งรบกวนในที่นี้ ก็คือ สิ่งที่เกิดขึ้นจากการสัมผัสด้วย ตา หู จมูก
ลิ้น กาย ใจ ความว่างกับความสงบแตกต่างกันตรงที่ ความสงบ
ต้องไม่มีความคิด ต้องไม่มีอารมณ์ ต้องมีการกำกับ กำหนดให้มี
แต่ความสงบเพียงอย่างเดียวเท่านั้น จึงเรียกว่าความสงบ ส่วนความ



ว่าง แม้ว่าจะมีความคิดหรือมีอารมณ์เกิดขึ้นบ้าง แต่เมื่อย้อนดูจิต ก็ยังว่างๆ อยู่ โดยไม่ต้องบังคับแต่อย่างใด จิตที่ว่างจะเบาว่า จิตที่เป็นสมาธิเพราะไม่ต้องกำหนดหรือบังคับ ฉะนั้น จิตที่ว่าง จึงเป็นจิตที่พร้อมจะเดินด้านปัญญาต่อไป เพราะสามารถใช้สังขาร ความคิดมาพิจารณาธรรมตามความจริงได้ ทั้งๆ ที่จิตยังว่างอยู่

ผลของความว่างจะนำไปสู่ธาตุรู้หรือจิต เพราะความว่างเป็น **สิ่งที่ไม่รู้** แต่สิ่งที่รู้ว่างนั้นคือ ธาตุรู้หรือจิตนั่นเอง พระผู้มีพระภาคเจ้าท่านตรัสว่า ต่อให้เราทำบุญจนน้ำข้าวเท่าน้ำทะเล ก็ยังไม่สามารถเข้ามาสู่แก่นพระพุทธานุศาสนาคือธาตุรู้ได้ การรักษาศีล แม้จะรักษาศีลมาเป็นร้อยเป็นพันกับปีก็ยังเข้าไม่ถึงแก่นพระพุทธานุศาสน์ การภาวนาด้วยการใช้คำบริกรรมเพียงอย่างเดียว จะเนิ่นนานขนาดไหนก็ยังไม่พบแก่นพระพุทธานุศาสน์อยู่นั่นเอง นอกเสียจากว่าเรามาทำความรู้ตัวพร้อมหรือมีสติสัมปชัญญะ เข้ามาสู่วิปัสสนากรรมฐาน คือ การพิจารณากายที่ยาววาวหนา คืบนี้ ไต่ตั้งแต่ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง ว่าสิ่งเหล่านี้เป็นธาตุรู้หรือไม่ เพราะธาตุรู้เป็นแก่นพระพุทธานุศาสน์ เราลองพิจารณา ดูว่าร่างกายของเราเนี่ย เมื่อตายลง มีคนเอาไปเผา เพราะอะไรเราจึงไม่มีความรู้สึกร้อน ก็เพราะธาตุรู้หรือจิตนั้นได้ออกไปจากร่างกายนี้แล้ว เหมือนกับเราสลับไป เราจะไม่มีความรู้สึกอะไรเลย เช่น หมอวางยาสลับเพื่อผ่าตัด เป็นต้น ธาตุรู้หรือจิตเป็นผู้ที่ไม่ตาย เมื่อกายนี้ตายไปแล้วธาตุรู้หรือจิตนี้ยังอยู่ ยังไปหาภพน้อยใหญ่



อันมีวิบากกรรมหรือบุญกุศลเป็นเครื่องชี้หน้าว่าจะไปเกิดในภพ
อบายภูมิ มนุษย์ หรือสวรรค์ ถ้ายังจับธาตุรู้หรือแก่นของพระพุทธ
ศาสนาไม่ได้ ก็จะต้องเวียนว่ายตายเกิดใน ๓ ภพ คือ นรก มนุษย์
สวรรค์ อีกไม่มีประมาณ

การปฏิบัติไม่ว่าจะเป็นสมถกรรมฐานหรือวิปัสสนา
กรรมฐานก็เพื่อที่จะให้พบกับธาตุรู้นี้เอง ธาตุรู้ไม่ใช่ความรู้
ที่เราเรียนกันมาทางโลก เป็นธาตุเดียวเท่านั้นที่แทรกตัวอยู่ในธาตุ
๔ คือ ธาตุดิน น้ำ ลม ไฟ ไม่เกี่ยวกับตาเห็นรูป สิ่งที่ถูกตาเห็น
ทั้งหมดไม่ใช่ธาตุรู้ ไม่เกี่ยวกับหูได้ยินเสียง เสียงใดๆ ก็ไม่ใช่
ธาตุรู้ ไม่เกี่ยวกับจมูกได้กลิ่น กลิ่นเหล่านั้นทั้งหมดก็ไม่ใช่ธาตุรู้
ไม่เกี่ยวกับลิ้นได้รับรสทั้งหลาย รสต่างๆ นั้นก็ไม่ใช่ธาตุรู้ ไม่เกี่ยว
กับกายสัมผัส ไม่ว่าจะเป็นเย็น ร้อน อ่อน แข็งหรือสัมผัสใดๆ
ไม่ใช่ธาตุรู้ทั้งหมด ไม่เกี่ยวกับอารมณ์ดี อารมณ์ร้ายที่สัมผัสทาง
ใจ พอใจหรือไม่พอใจ อารมณ์ที่สัมผัสใจไม่ใช่ธาตุรู้ สิ่งเหล่านี้
ไม่เกี่ยวกับธาตุรู้ทั้งสิ้น แต่เป็นสิ่งที่ถูกรู้ทั้งหมด **สิ่งทั้งหลายในทั่ว
สามแดนโลกธาตุนี้ไม่ใช่ธาตุรู้ มีจิตหรือใจเพียงหนึ่งเดียวเท่านั้น
ที่เป็นธาตุรู้** ธาตุรู้นี้อยู่นอกเหตุเหนือผล ธาตุรู้นี้จะมียกหรือ
ไม่มีกาย เขาก็รู้อยู่อย่างนี้เป็นอสงไขยมานานแล้วนับไม่ถ้วน
ธาตุรู้นี้ไม่เกี่ยวกับเวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ ถ้าหากว่าเรา
สามารถมาอยู่กับธาตุรู้นี้ได้เพียงข้างกระดิกหู ฐูละบลิ้น
ครูบาอาจารย์ท่านกล่าวไว้ว่า ผลบุญกุศลเท่ากับเราสร้างโบสถ์ได้ ๓



หลัง ถ้าหากว่าเราอยู่กับผู้รู้ได้ ๑ นาที จะเป็นบุญกุศลอย่างมหาศาลของเราและแม้ว่าจะขาดไปเป็นวันเป็นเดือน แต่ ๑ นาทีนี้เป็น ๑ นาที ที่เราได้ฝากไว้กับจิตหรือธาตุรู้แล้ว จะไม่ลบเลือนไปได้ จะไม่มีใครมาปล้น มาฉีหรือทำลายทรัพย์สินในตัวของเราไปได้

หากเราอยู่กับธาตุรู้นี้ได้สักหนึ่งในสี่ของวัน อันนั้นคือ มหาบุญ เราก็จะได้เป็นบุคคลสี่เหล่า แปดจำพวก ซึ่งหมายถึงว่า ภูษาคติของเราน้อยลงมาก จนสามารถลงมาถึงสี่เหลาดังกล่าวแล้ว เราก็จะเหลือภพชาติอยู่เพียงไม่เกิน ๗ ชาติ สุกติจะเป็นของเรา แน่นอนนั่นหมายถึง พระโสดาบันนั่นเอง ลำคัญอยู่ที่ว่าเราสามารถเข้าใจสติสัมปชัญญะหรือการรู้ตัวทั่วพร้อมหรือธาตุรู้นี้ หรือยัง ในบุคคลธรรมดาจะไม่รู้จักธาตุรู้อย่างแน่นอน ไม่ว่าจะเรียนมากน้อยแค่ไหน ไม่ว่าจะเรียนทางโลกหรือเรียนทางธรรมจะไม่สามารถเข้าถึงธาตุรู้นี้ได้เลย ยกเว้นการปฏิบัติทางจิตหรือการทำสมาธิรู้ตัวทั่วพร้อมนี้เท่านั้น จะทำให้จิตเข้าถึงปฏิเวธได้

ดังที่กล่าวมาแล้วว่าธาตุรู้นี้ไม่ตายและไม่เคยตายมาก่อน เราจึงควรสร้างความดี นับตั้งแต่ทาน ศีล ภavana ใส่ไว้ในธาตุรู้หรือจิตดวงนี้ โดยการละความชั่วทั้งหลายให้หมดสิ้นไปจากธาตุรู้หรือจิต และมีสติอยู่กับธาตุรู้นี้ให้เป็น ๑ ส่วน ๒ ส่วน ๓ ส่วน ๔ ส่วนต่อไป พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสไว้ว่า ถ้าหากเรามีสติสัมปชัญญะคือการรู้ตัวทั่วพร้อม หรืออยู่กับจิตหรือธาตุรู้ได้แล้ว นั้น จะใช้เวลาปฏิบัติไม่เกิน ๗ วัน ๗ เดือน ๗ ปี ก็จะสามารถ



บรรลุผลนิพพานได้ แต่ถ้าเราปฏิบัติแล้วเข้าไม่ถึงธาตุรู้
เราก็จะต้องปฏิบัติไปไม่มีวันจบ

ปัญหาจึงอยู่ที่ว่าเราจะพบกับธาตุรู้ได้อย่างไรกัน จึงจำเป็น
ที่จะต้องมีความรู้คอยให้คำแนะนำ ปรีกษา ชี้แนะ และอบรม
อยู่อย่างสม่ำเสมอ ถ้าหากเราไม่สามารถเข้าถึงธาตุรู้ได้จริงๆ แม้ว่า
จะมีครูบาอาจารย์แนะนำแล้วก็ตาม เราจะต้องหวนกลับมาทำสมาธิ
อย่างเดิม สมาธิจึงเป็นสิ่งที่สำคัญมาก เพราะสมาธิเป็นหินลับ
ปัญญา ทำให้เราเกิดปัญญา มีความแหลมคมในการพิจารณา
หรือได้เห็นสิ่งที่ละเอียดลงไป คือ ธาตุรู้ หากเราอาศัยความเพียร
ก็ยังไม่เกินความสามารถในการที่จะพบธาตุรู้ได้

จริงๆ แล้วธาตุรู้ที่เราเห็นอยู่อย่างเต็มตา เพียงแต่จิตของ
เราส่องออกนอกโดยตลอดจึงไม่สามารถเห็นตนเองได้ เหมือนกับ
กระบอกไฟฉาย คือแสงสว่างนั้นจะไม่สามารถกลับมาส่องกระบอก
ไฟฉายได้ ทั้งที่กระบอกไฟฉายเป็นผู้ผลิตแสงสว่างด้วยตนเอง
แต่มันไม่สามารถเห็นตัวเองได้ เหมือนกับเราเป็นจิตแต่ไม่เคยเห็น
ตัวจิตเลย ฉะนั้น เราลองหันกลับมาหาตัวเอง ย้อนกลับเข้ามาดู
ตัวเองภายใน ถามว่าเราคืออะไร ในเมื่อรูป เวทนา สัญญา สังขาร
วิญญาณ มันไม่ใช่ธาตุรู้หรือไม่ใช่จิต แม้แต่ลมหายใจ สติปัญญา
หรือพุทธะ ก็ไม่ใช่ธาตุรู้หรือจิต แล้วอะไรล่ะคือธาตุรู้หรือจิต
ข้อนี้เป็นสิ่งท้าทายสติปัญญาอย่างยิ่ง เราเกิดมาไม่มีประมาณแต่

เราไม่เคยเห็นตัวเองเลย มัวแต่เข้าใจว่าตัวเอง คือ กาย เวทนา สัญญา สังขาร และวิญญาณ ซึ่งนั่นผิดทั้งหมด **เราคือธาตุรู้หรือจิต** ต่างหาก ซึ่งก็คือความรู้สึกนั่นเอง พระผู้มีพระภาคเจ้าจึงตรัสว่าให้ทวนกระแสเข้ามาสู่ภายใน เราจึงควรทวนกระแสเข้ามาภายใน แล้วก็จะพบธาตุรู้หรือจิตได้ไม่ยาก

ธาตุรู้ ก็คือ ผู้หลักผู้ต้นหรือตัวชีวิตหรือตัวเป็นโดยตรง **ธาตุรู้ไม่มีตัวตน ไม่มีสีส่น ไม่มีนิमित**เครื่องหมายใดๆ **ธาตุรู้เป็นสิ่งที่จับต้องไม่ได้** เพราะไม่มีตัวตนแต่สามารถรู้สึกได้ ความแตกต่างระหว่างผู้ที่รู้จักธาตุรู้กับผู้ที่ไม่รู้จักธาตุรู้ ก็คือ ผู้ที่รู้จักธาตุรู้แล้วนั้นจะเป็นตัวของตัวเอง สามารถควบคุมตัวเองได้ เพราะมีการรู้ตัวโดยตลอด **ผู้ที่รู้จักธาตุรู้นี้จะอยู่กับตัวเองเสมอ คือไม่ไหลไปตามความคิด** สมมติว่าเราอยู่จันทบุรี แล้วเราคิดไปทีต่างจังหวัด กรุงเทพฯ หรือต่างประเทศ ธาตุรู้นี้จะอยู่กับตัวเอง ไม่ลืมตัวเอง เพราะธาตุรู้กับตัวเองคืออันเดียวกัน แต่ผู้ที่ไม่ได้อยู่กับธาตุรู้ เมื่อคิดไปต่างจังหวัด กรุงเทพฯ หรือต่างประเทศ ธาตุรู้ก็จะลืมตัวเองและตามความคิดนั้นไปทุกหนทุกแห่ง นั่นหมายความว่าจิตไม่เป็นปัจจุบันธรรม เป็นจิตที่ขาดจากสติสัมปชัญญะ เป็นผู้ที่ทำก่อนคิด จึงมักจะเป็นผู้ที่ผิดพลาดในการกระทำอยู่เสมอ แต่ผู้ที่อยู่กับธาตุรู้เป็นคนที่คิดแล้วค่อยพูดหรือทำ เรียกว่าเป็นผู้ที่มีสติสัมปชัญญะ รักษาตนเองอยู่ นี่คือการแตกต่างระหว่างผู้ที่รู้จักธาตุรู้และไม่รู้จักธาตุรู้ ที่จริงแล้ว



ธาตุรู้นี้มีอยู่ในทุกคน ไม่ว่าจะเป็นคนที่ปฏิบัติหรือไม่ปฏิบัติธรรมก็ตาม มีตั้งแต่เกิดมาด้วยกันทุกคน แม้แต่สัตว์โลกทั่วไปก็มีธาตุรู้ เช่น มดแดง ปลวก ก็มีธาตุรู้ เพียงแต่สัตว์เหล่านี้ไม่รู้จัก แม้แต่มนุษย์ทุกๆ ไปเองก็ยังไม่รู้จักธาตุรู้ที่ตนมีอยู่ ยกเว้นพระอริยบุคคลเท่านั้น เราจึงควรมาศึกษาดูว่าธาตุรู้หรือจิตนี้คืออะไร แต่ข้าพเจ้าขอยืนยันว่า **ทุกคนสามารถรู้จักธาตุรู้ได้ไม่ว่าจะเป็นหญิงชาย เด็ก ผู้ใหญ่ เจ้าฟ้า หรือยากจน คนไทยหรือคนต่างประเทศ แม้แต่คนพิการทางกาย ไม่เลือกชั้นวรรณะ** เมื่อเรามีความเพียรและหมั่นเข้าหาครูบาอาจารย์ ศึกษาหาความรู้ใส่ตนเอง อย่างไม่ลดละพร้อมด้วยการปฏิบัติ ทำสมาธิ สร้างบุญ สร้างกุศล ข้าพเจ้าเชื่อว่าเราจะต้องพบ**ธาตุรู้**เข้าสักวันหนึ่ง เมื่อเราพบธาตุรู้แล้ว ก็ให้ความเคารพอยู่กับธาตุรู้นี้ให้ต่อเนื่อง ดังที่ได้กล่าวข้างต้น เราจะสามารถอยู่กับธาตุรู้ได้นานขึ้นๆ จากหนึ่งนาทีก เป็นสองนาทีก สามนาทีกไปเรื่อยๆ ไป จนได้ครบตลอด ๒๔ ชั่วโมง ยกเว้นเวลาหลับ ถึงแม้เวลาหลับบางครั้งก็ยังอยู่กับธาตุรู้ หมายความว่าอยู่กับธาตุรู้จนเป็นนิสัย หรือที่ครูบาอาจารย์ท่านเรียกว่า มีสติอัตโนมัติ ปัญญา ก็จะเกิดขึ้นโดยอัตโนมัติ เช่นเดียวกัน

ผู้ที่อยู่กับธาตุรู้ได้อย่างอัตโนมัติ นั้น เรียกว่าเป็นมหาสติมหาปัญญา ผู้ที่อยู่กับธาตุรู้ได้อย่างอัตโนมัติจะถึงขั้นที่ ๕ ได้ทั้งหมดแล้ว เหลือแต่ธาตุรู้ตัวเดียวเท่านั้น แต่ธาตุรู้นี้แหละ



คือตัวปัญหา เมื่อเราอยู่ตรงนี้ได้นานๆ เราจะรู้สึกว่ามันหนัก อยากจะปล่อยก็ปล่อยไม่ได้ จะแบกเอาไว้ก็รู้สึกว่ามันหนักเหลือเกิน จะเป็นการกลืนไม่เข้าคายไม่ออก เนื่องจาก**ธาตุรู้**นี้เป็น**ตัวอวิชชา**โดยตรง อวิชชาคืออะไร อวิชชาก็คือเรา เราที่ไปจับ**ธาตุรู้**อยู่นั่นเอง ให้พิจารณา**ธาตุรู้**เข้าสู่วิปัสสนา คือ พิจารณาว่าใน**ธาตุรู้**นั้นมีเราจริงมั๊ย **รู้**นี้**เคำ**รู้เองของ**เคำ** ทำไมเราถึงไปช่วย**เคำ**รู้ ทำไมถึงไป**เหมารู้**ว่าเป็นเรา ทั้งๆ ที่มันก็เป็นสิ่งหนึ่งที่อยู่ในโลก มันเป็นสิ่งหนึ่งเท่านั้น ให้พยายามพิจารณา**ธาตุรู้**นี้ ไม่ต้องไปนึกถึงสิ่งถูกรู้ ไม่ต้องไปนึกถึงสิ่งที่มากระทบ แต่ให้**หาตัวจริง**ของ**ธาตุรู้**ตัวนี้ว่า **จริงๆ** ยังมีเราไปยึดถือว่า**ธาตุรู้**เป็นเราอยู่หรือไม่ อย่าไปเอา**ธาตุรู้**เป็นเรา ทั้งมันไป ที่เวลานี้เรารัก เราสงวน **ธาตุรู้** ก็เพราะว่าเราหลงคือไม่รู้ไม่เห็นตามความเป็นจริง เราไม่มีสิทธิไปเป็นเจ้าของ**ธาตุรู้** **ธาตุรู้**เป็น**สิ่งหนึ่ง**ของโลก อย่าง**ธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุลม ธาตุไฟ ธาตุทั้ง ๔** นี้ใครไปเป็นเจ้าของ**เคำ** **เคำ**ไม่มีเจ้าของ แล้ว**ธาตุที่ ๕** ซึ่งก็คือ**ธาตุรู้**นี้ก็เหมือนกัน **เคำ**ไม่มีเจ้าของ เราไปเป็นเจ้าของ**เคำ**ไม่ได้ เพราะ**ธาตุรู้**เป็น**ธรรมชาติ**ตัวหนึ่ง ไม่มีเราเป็นเจ้าของ ไม่ใช่เรา **รู้**ตัวนี้ไม่ใช่เรา **เคำ**รู้ของ**เคำ**เอง ไม่มีเรา หาดูซิว่ามีเราที่ไหน คำว่า “เรา” สมมติขึ้นมาต่างหาก เหมือนกับดวงอาทิตย์ที่ส่องแสงเอง ใครไปช่วยดวงอาทิตย์ส่องแสง ก็ไม่มี **ธาตุรู้**นี้ก็เหมือนกัน **ถ้าหมดเราตัวเดียว** ทุกสิ่งทุกอย่างก็คืน**ธรรมชาติ**ไปหมด



ถ้าสามารถปล่อยธาตุรู้นี้ได้ ไม่ต้องหมายรู้อีกต่อไป จิตก็จะ
เป็นอิสระจากอวิชชา เป็นสภาวะเดียวที่เป็นกลางๆ เป็นธรรมชาติ
ที่บริสุทธิ์ หหมดคำพูด หหมดความหมาย หหมดคำบัญญัติ หหมดปัญหา
หหมดภพชาติ หหมดสุขทุกข์ หหมดเกิดแก่เจ็บตาย หหมดจากคำว่าเรา
ไม่มีเราเป็นเจ้าของ ไม่กินเนื้อที่ เป็นปัจจุบันธรรมที่สมบูรณ์ที่สุด
ขาดจากกิเลสตัณหาอุปาทานคือการยึดมั่นถือมั่นว่าธาตุรู้เป็นเรา
ซึ่งเกิดมาจากอวิชชาหรือความไม่รู้ตามความเป็นจริง คือความไม่รู้
รอบในกายและจิตของตน เมื่อรู้รอบในเรื่องของกายและจิตแล้ว
ก็จะเป็นวิชา จิตขาดจากสมมติทั้งสามแดนโลกธาตุโดยสิ้นเชิง
สิ่งที่เหลืออยู่นั้นเป็นธรรมชาติอันบริสุทธิ์ที่ไม่เกิด ไม่ดับ เป็นนิพพาน
เที่ยงตลอดกาล หรือเป็นธรรมฝ่ายวิมุตติ ที่อยู่นอกเหตุเหนือผล
นั่นเอง เมื่อจิตเป็นธรรม ธรรมเป็นจิตแล้ว สมมติและขันธทั้งหลาย
ก็เป็นธรรมไปด้วย แต่เป็นธรรมฝ่ายสมมติ เกิดๆ ดับๆ คือเป็น
ไตรลักษณ์ ธรรมฝ่ายวิมุตติไม่ขัดแย้งกับธรรมฝ่ายสมมติแต่
อย่างใด เพราะเป็นคนละส่วนกัน ไม่เป็นโทษต่อกันอีกต่อไป
ไม่ว่าดีหรือชั่ว สกปรกหรือสะอาด ได้หรือไม่ได้ ตัดปัญหาทั้งหมด
ทั้งปวง จึงหยุดและปล่อยคำว่าหยุดเสีย

“เราไม่เป็นเจ้าของเรา รู้ไม่เป็นเจ้าของรู้
จิตไม่เป็นเจ้าของจิต”

พอ

จิตชั้นจากทุกข์ ๑๑๔



“

ครูบาอาจารย์•ท่านบอกว่า
มันเหมือนกินข้าวอิ่มแล้ว
ไม่ถามใครว่าผมอิ่มหรือยัง?
นี่ไม่ถามเด็ดขาดเลย
เหมือนเมรรถผลนิพพาน
พอเข้าถึงปั๊บ ไม่ถาม ไม่สงสัย
ไม่วิอะไรที่จะเคลือบแคลงจิตเลย
ว่าเอ•ะนี้ ผมถึงนิพพานไหมนี้
คือ จริงๆ แล้วมันไม่มีผมนะ
ถึงจิตก็คือถึง ถ้าเพื่อไม่มีเราที่มันไม่ถึง
ก็เพราะว่ามันมีเราเป็นเจ้าของจิต
เป็นเจ้าของนิพพานอยู่
พอไม่มีเรามันก็เลยอยากนิพพานอีกนั่นแหละ
ไม่อยาก ไม่เห็น ไม่ไปอะไรทั้งนั้น
อยู่กับที่ แค่อู้เฉยๆ
ท่านถึงบอกว่า นิพพาน

”





“

ครูบาอาจารย์•ท่านบอกว่า
ถ้าพูดถึงพระอรหันต์•นี้
ท่านไม่มีคำว่าต่ำกว่า ไม่มีคำว่าดีกว่า
ไม่มีคำว่าเสมอครูบาอาจารย์•
คือไม่ด้อยกว่าครูบาอาจารย์•
ไม่เหนือกว่าครูบาอาจารย์•
แล้วก็ไม่ใช่เสมอครูบาอาจารย์•
เราฟังแล้วเราก็งงนะ เอ•ะถ้าอย่างนั้นมันยังไวกัน
ไม่ต่ำกว่า ไม่เหนือกว่า และก็ไม่ได้ดีกว่า
มันยังไวกัน มันงง พอปฏิบัติเข้าจริงๆ
เราก็สามารถเข้าใจได้ว่า
ก็มันไม่มีตัวตนจะไปวัด

”

